



Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag

En stödmetod för daghemspersonalen då ett barns familjemedlem dött

Malin Alexandersson

Mari Asplund

Elinor Kallström

Irina Kjellberg

Sophia Lindström

Examensarbete för projektet Andlighet, spiritualitet och livsfrågor

Utbildningsprogrammet för det sociala området (YH)

Åbo 2015



EXAMENSARBETE

Författare: Alexandersson Malin, Asplund Mari, Kallström Elinor, Kjellberg Irina & Lindström Sophia

Utbildningsprogram och ort: Utbildningsprogrammet för det sociala området, Åbo
Inriktningsalternativ/Fördjupning: Socialpedagogiskt arbete bland barn och familjer
Handledare: Heli Vaartio-Rajalin

Titel: Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag

Datum 4.5.2015

Sidantal 48

Bilagor 5

Abstrakt

Examensarbetet "Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag!" ingår i projektet Andlighet, spiritualitet och livsfrågor som pågår mellan åren 2013 och 2016. Syftet med examensarbetet är att utveckla en metod för daghemspersonal för bemötande av barn i kris och sorg efter en familjemedlems död.

Som metod används litteraturöversikt för optimal teoretisk datainsamling och för att därmed uppnå ett tillförlitligt resultat. I examensarbetet granskas bland annat barns sorgereaktioner och möjligheterna att som vuxen kunna stöda barnet. Resultaten av innehållsanalysen tyder på att barn är i behov av att prata och få konkret information om döden. Barn har vidare behov av ett årligt bemötande och av att få svar på sina frågor. Till behoven hör även tid och utrymme för sorgen, en närvarande vuxen, vardagliga rutiner samt att leka. Resultatet visar att det finns ett behov av en metod för bemötande av barn i kris och sorg efter en familjemedlems död.

Som slutresultat har skribenterna utarbetat en metod som kallas Skrutte-metoden med avsikt att stöda barnet i sorgprocessen. Den innefattar en manual, en presentation av Skrutte (uggle-handdocka), en saga samt ett infobrev till vårdnadshavaren.

Språk: Svenska

Nyckelord: barn, död, sorg, kris, andlighet, daghem, metod, lek, bemötande, stöd

OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Alexandersson Malin, Asplund Mari, Kallström Elinor, Kjellberg Irina & Lindström Sophia

Koulutusohjelma ja paikkakunta: Utbildningsprogrammet för det sociala området, Turku

Suunatusvaihtoehto/Syventävät opinnot: Socialpedagogiskt arbete bland barn och familjer

Ohjaaja: Heli Vaartio-Rajalin

Nimike: Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag!

Päivämäärä 4.5.2015 Sivumäärä 48 Liitteet 5

Tiivistelmä

Opinnäytetyö ”Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag!” on osa projektia Andlighet, spiritualitet och livsfrågor joka toteutetaan vuosina 2013 ja 2016 välisenä aikana. Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää menetelmä päiväkotihenkilökunnalle lapsen kriisin ja surun kohtaamisessa perheenjäsenen kuoltua.

Menetelmänä käytetään kirjallisuuskatsausta, riittävällä tiedonkeruulla pyritään saavuttamaan luotettavaa tulosta. Opinnäytetyössä käsitellään muun muassa lasten surureaktioita ja aikuisen mahdollisuuksia tukea niitä. Sisällön analyysin kautta tulokset viittaavat siihen että lapsella on tarve puhua ja saada totuudenmukaista tietoa kuolemasta. Lapsella on myös tarve aitoon kohtaamiseen ja saada vastauksia kysymyksiinsä. Tarpeisiin kuuluu myös aikaa ja tilaa surulle, aikuisen läsnäololle, arjen rutiineille sekä leikille. Kirjallisuuskatsaus osoittaa että menetelmälle kohdata lapsen suru perheenjäsenen kuoltua on tarvetta.

Lopputuloksena kirjoittajat kehittivät menetelmän jota kutsutaan Skrutte-menetelmäksi, jonka tarkoitus on tukea lapsen suruprosessia. Skrutte-menetelmä sisältää käyttöoppaan, esittelyn Skrutesta (pöllö-käsinukke), tarinan sekä tiedotteen huoltajalle.

Kieli: Ruotsi Avainsanat: lapsi, kuolema, suru, kriisi, hengellisyys, päiväkotitoimenpide, menetelmä, leikki, kohtaaminen, tuki

BACHELOR'S THESIS

Author: Alexandersson Malin, Asplund Mari, Kallström Elinor, Kjellberg Irina & Lindström Sophia

Degree Programme: Degree Programme in Social Services, Åbo

Specialization: Social-pedagogical Work with children and families

Supervisor: Heli Vaartio-Rajalin

Title: Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag!

Date	4.5.2015	Number of pages	48	Appendices	5
------	----------	-----------------	----	------------	---

Abstract

The bachelor thesis "Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag!" is a part of the project "Andlighet, spiritualitet och livsfrågor" which started in 2013 and will end in 2016. The purpose of the thesis is to develop a method for kindergarten teachers to use when meeting children in grief and crisis after the loss of a family member.

The authors use a literature review to obtain the optimal amount of theory to achieve a reliable result. The thesis consists of, among other things, children's grief reactions and possibilities as an adult to support the child. The results of the content analysis shows that children have a need to talk and get concrete information about the death. Further, children require honest treatment and answers to their questions. Needs also include the time and space for grief, an adult who is present, everyday routines and playing. The result shows that there is a need for a method for meeting of children in crisis and grief after a death of a family member.

As final result, the authors developed a method called the Skrutte method with the intention to support the child in the grieving process. It includes a manual, a presentation of Skrutte (owl hand puppet), a fairy tale and an information letter to the custodian.

Language: Swedish	Key words: child, death, grief, sorrow, crisis, spirituality, kindergarten, daycare, method, play, reception, treatment, support, care
-------------------	--

Innehållsförteckning

1	Inledning.....	1
1.1	Motivering till val av ämne.....	2
1.2	Syfte och frågeställningar	3
1.3	Avgränsningar.....	3
1.4	Yrkeskompetenser	4
2	Centrala begrepp	4
2.1	Kris	4
2.2	Sorg.....	6
2.3	Andlighet.....	7
2.4	Familj.....	9
3	Litteraturöversikt.....	10
4	Innehållsanalys	11
5	Resultat	14
5.1	Genom att vara medveten om barns sorgereaktioner	14
5.2	Prata om döden	16
5.2.1	Ärligt bemötande och svar på frågor.....	18
5.2.2	Konkret information om döden.....	20
5.3	Tid och utrymme.....	22
5.4	Närvarande vuxen	24
5.5	Vardagliga rutiner	26
5.6	Leka.....	27
5.7	Musikterapi	29
5.8	Lekterapi	30
5.9	De fem känslorna	31
5.10	Stödgrupper	31
5.11	Sammanfattning av resultatet.....	32

6	Metod	35
6.1	Presentation av metoden.....	35
6.2	Hur resultatet syns i metoden	36
7	Diskussion.....	38
7.1	Etik.....	38
7.2	Tillförlitlighet	39
7.3	Hållbar utveckling	40
8	Kritisk granskning.....	41
	Källförteckning	45

Tabellförteckning

<i>Tabell 1 Exempel på innehållsanalys</i>	<i>12</i>
--	-----------

Figurförteckning

<i>Figur 1 Barnets behov</i>	<i>33</i>
<i>Figur 2 Bemötande och stöd.....</i>	<i>34</i>
<i>Figur 3 Tidigare stödmetoder</i>	<i>35</i>

Bilagor

Bilaga 1	Artikelsökning
Bilaga 2	Manual
Bilaga 3	Presentation av Skrutte
Bilaga 4	Saga
Bilaga 5	Infobrev

1 Inledning

Examensarbetet "Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag!" ingår i projektet Andlighet, spiritualitet och livsfrågor som pågår mellan åren 2013 och 2016. Projektets syfte är att utveckla metoder och modeller som kan tillämpas inom social- och hälsovården samt församlingen vid bemötandet av andliga och existentiella frågor. Under första fasen år 2013 gick projektet ut på att definiera andlighet och spiritualitet ur ett mångprofessionellt perspektiv samt hur professionella bemöter andliga och spirituella behov. Den andra fasen år 2014-2015 innefattar metoder, tillämpning och testning av de resultat som den första projektgruppen kommit fram till. Under projektets sista fas år 2016 ska en sammanställning av de olika metoderna som under projektets tidigare faser uppkommit göras. (Lindholm, 2014).

Detta examensarbete är producerat under den andra fasen av projektet Andlighet, spiritualitet och livsfrågor. Vår uppgift har varit att utarbeta en metod som kan användas av professionella inom social- och hälsovård samt församlingen, vid bemötandet av barn i kris och sorg. Examensarbetet har sedan avgränsats till barn i kris och sorg efter en familjemedlems död.

För barn är det självklart och väldigt typiskt att bearbeta ett dödsfall i praktiken genom lek och kreativitet. Barn uppfattar döden på olika sätt och beroende på bland annat barnets kognitiva kunskaper, relationen till andlighet samt sociokulturella bakgrund bearbetas också dödsfallet. (Erkkilä, Holmberg, Niemelä & Ylönen, 2003, s. 17-19).

Våra gemensamma målsättningar och vad vi hoppas få ut av detta arbete är att fördjupa våra egna kunskaper i själva ämnet, kunna känna oss självsäkra och skapa en trygg atmosfär i mötet med barn i dessa situationer, bli självsäkra i vår yrkesroll och lära oss mer om barns uppfattning kring döden. När det i examensarbetet står "vi" syftar det på skribenterna.

I detta examensarbete har vi valt att inte göra någon specifik arbetsfördelning utan alla skriver på alla delar och vissa kapitel har vi skrivit tillsammans. Detta på grund av att vi alla vill lära oss om allting, och känner att vi lär oss bäst genom att bearbeta allt material i stället för bara en specifik del.

1.1 Motivering till val av ämne

Sjukvården, daghem och skolor är inte förberedda på att bemöta barn som just mist en förälder. Även om det finns krisplaner och bra idéer, är det oftast dokument som ingen tillämpar, utan bara står i en bokhylla. Ingen tar ansvar för dessa barn, utan alla bara tänker sig att någon annan gör det. Artikelns författare anser att utbildning i bemötande av barn i sorg borde införas i utbildningarna. (Nyström, Fagéus & Gälldin Åberg, 2012). I en undersökning, vars syfte var att undersöka cancersjuka mödrars stödbehov gällande samtal med barnet kring sjukdomen och döden, kom det fram att föräldrarna upplevde att de inte fick stöd eller handledning av social- och hälsovårdspersonalen i hur de skulle prata med sina barn angående cancer och död (Turner et al., 2007, s. 135, 144). Fearnley (2010) hänvisar även till en undersökning som visat att personalen inom undervisningen, social- och hälsovården känner att de inte är kompetenta eller utrustade för att kunna ha ett sådant samtal med föräldrarna. Personalen inom det sociala området ska ha kompetens i att samtala med barn om svåra saker under osäkra tider i deras liv. Yrkesutövare inom undervisningen samt social- och hälsovården ska kunna stöda barnet och hans familj i svåra tider, till exempel då ena föräldern har cancer eller har dött. (Fearnley, 2010, s. 454, 456, 458). Detta påvisar att en metod som kan tillämpas då ett barn mist en familjemedlem, verkligen behövs både för barnet och för de professionella. Alltid då ordet ”hen” tas upp syftar det på barnet.

Erkkilä et alia (2003) menar att daghemmet är viktigt för barnet vid ett dödsfall, eftersom daghemmet hör till den dagliga rutinen. På daghemmet följer man också egna rutiner som barnet är bekant med och som ger trygghet för barnet. Daghemmet är också en neutral plats där ingen känner sig mer bekväm eller obekvämt än någon annan. Barnet kan vara tillfreds med sig själv på daghemmet och på så sätt även bearbeta att någon familjemedlem har dött. Att ibland kunna få vara för sig själv och inte behöva svara på några frågor konstant angående förlusten är också till barnets fördel. (Erkkilä et al., 2003, s. 119). Hemma kan barnet ha det kaotiskt och inte få bearbeta sin sorg, och då kan daghemmet vara den trygga platsen i barnets liv efter tragedin. Metoden ger barnet möjlighet att bearbeta sin sorg på daghemmet.

1.2 Syfte och frågeställningar

Syftet med detta examensarbete är att utveckla en metod som kan användas av professionella på daghem vid bemötandet av barn i kris och sorg efter en familjemedlems död. Målet med metoden är att man som professionell ska kunna bemöta detta barn på rätt sätt.

Vi har valt följande frågeställningar i examensarbetet:

- Vad behöver barnet ur ett andligt perspektiv då någon familjemedlem dött?
- Hur kan daghemspersonalen bemöta och stöda barnet efter en familjemedlems död?
- Vad finns det för tidigare stödmetoder för ett barn som mist en familjemedlem?

1.3 Avgränsningar

Den litteratur som finns om barn i kris och sorg handlar till stor del om döden, därför har vi valt att avgränsa examensarbetet till döden.

För ett barn är det mycket svårare att hantera en förälders eller ett syskons död än mormors död, även om mormor betyder väldigt mycket för barnet. Detta på grund av att en förälders död innebär en förlust av så mycket mer. Familjen är barnets trygghet och om någon familjemedlem dör så rubbas hela känslan av trygghet. Dödsfallet kan även leda till att de kvarvarande under en lång tid inte finner ork till att vara en trygg förälder och det i sin tur kan innebära att barnet kan mista båda föräldrarna för en tid. (Fahrman, 2009, s. 48). Hur barnet upplever ett dödsfall beror på vem som dött, därför har vi valt att avgränsa detta examensarbete till barn som mister en familjemedlem.

Eftersom vi är blivande socionomer med barnträdgårdsläraryrke har vi valt målgruppen barn. Vi har avgränsat arbetet till barn i tre till sex års ålder, eftersom vi anser att åldersgapet och barnens utvecklingsnivå blir för stort om vi inkluderar hela barngruppen noll till sex år, för att vår metod skall kunna anpassas till dem alla.

1.4 Yrkeskompetenser

Detta examensarbete är skrivet av fem studerande inom social- och hälsovårdsområdet vid Yrkeshögskolan Novia i Åbo. Alla skribenter är socionomstuderande med barnträdgårdsläraryrke, vilket innebär att vi fokuserat på kompetenserna gällande den studiehelheten. Genom detta examensarbete önskar vi uppnå dessa kompetenser; att kunna utvecklas professionellt, kunna tillämpa resursförstärkande metoder bland barn samt jobba barn- och familjecentrerat.

Vi har fokuserat på de grundläggande principer som konventionen om barns rättigheter tar upp; barnets bästa, barnets rättighet till en fridfull utveckling samt att barnets åsikt ska uppmärksammas (Stakes, 2005, s. 17). Metoden som utvecklas i detta examensarbete är resursförstärkande, och med hjälp av den vill vi stöda barnet i sorg för att främja utvecklingen. Både barnets rättigheter och ett resursförstärkande arbetssätt kommer fram i vår metod genom att barnets styrkor lyfts fram. Allt går på barnets villkor, det vill säga barnet själv väljer om hen vill delta och får välja lek.

Med vår metod vill vi trygga barnets utveckling och sträva efter välbefinnande hos barnet. Det har kommit fram i litteraturen att en familjemedlems död kan ha negativa följder hos barnet om hen inte får bearbeta sin sorg, och därför vill vi med vår metod ge barnet möjligheten att behandla dödsfallet.

2 Centrala begrepp

I detta kapitel definieras centrala begrepp vi valt att använda oss av i detta examensarbete. Kris, sorg, andlighet och familj är de begrepp vi ansett vara de mest centrala, eftersom de kan tolkas på så olika sätt. Vi har definierat dem ur ett vetenskapligt perspektiv men också tagit upp vad som avses med begreppen i detta examensarbete. Under andlighet har vi även skrivit vår uppfattning om andlig kris och andlig sorg.

2.1 Kris

Atle Dyregrov skriver i sin bok att barn upplever och drabbas på olika sätt när det kommer till en kris. Barn brukar ofta leka sådant som har hänt som de upplever jobbigt, men i vissa fall har barn till exempel förbjudits att leka någon katastrof. Som exempel: då det hade uppstått en jordbävning i Armenien förbjöds barnen att leka jordbävning. Förklaringen till detta var för att de vuxna inte vill återuppleva eller påminnas om tragedin som inträffat.

Det här leder sen ofta till att det inte diskuteras med barnet om vad som har hänt och det kan förvärra barnets situation. Detta tar bort delar av barnets bearbetningsprocess, eftersom barnet bearbetar sin sorg via lek. Andra saker som vuxna gör för att försöka skydda barn då det skett en katastrof är att berätta osanna förklaringar eller väldigt censurerade versioner, och berättar inte alls om händelsen. Vuxna påverkar ofta barns reaktioner efter en kris, och det är viktigt att de inser och tar hänsyn till barnens behov. Om barnet inte får uppmärksamhet eller möjlighet att diskutera händelsen kan hen inte bearbeta händelsen kognitivt. När barnet inte kan bearbeta händelsen och inte har tillgång till vuxna som stöd kan hen tappa förtroendet för vuxna. Barnet kan börja fantisera ihop felaktiga historier om vad som hänt och känslor som ångest och skuld uppstår. När föräldrar dessutom ibland vill dölja sin sorg kan det skapa en dålig modell för barnet, till exempel att inte kunna gråta öppet inför barnet. Om föräldrarna inte visar sina egna reaktioner på händelsen kan det få barnet att dölja sina känslor eller skämmas över att de har reagerat. (Dyregrov, 2002, s. 145-146).

En kris kan alltså beskrivas som en händelse där personens tidigare erfarenheter inte räcker till för att hantera det traumatiska som hänt. En kris drabbar också familj och närstående till den direkt drabbade. (Hedrenius & Johansson, 2013, s. 24). Då en människa upplever kris finns det så kallat krisstöd som erbjuds, och det ska alltid anpassas efter individen. Faktorer som inverkar på hur krisstödet ser ut är olika lagar och normer, utöver dessa inverkar såklart individen själv och dennes individuella situation. Krisstödet kan också variera beroende på hurdan kultur personen är uppväxt i. Här i Finland kanske det förväntas att samhällsinstitutioner ska ge sitt stöd medan det för personer uppväxta i en stark kollektiv kultur kan vara mera självklart att släktingar, grannar och vänner hjälper till. (Hedrenius & Johansson, 2013, s. 26).

Målet med krisstöd är att stärka motståndskraften, det vill säga att stärka det som hjälper människor att hantera stress och annat som kan skada. Vid användning av krisstöd kan risken för psykiska och fysiska besvär minskas. (Hedrenius & Johansson, 2013, s. 34).

Det finns olika nivåer av krisstöd och de är praktiskt stöd, psykologiskt stöd och socialt stöd. Praktiskt stöd innebär att erbjuda hjälp med att hantera akuta behov, så att individen känner sig trygg. Psykologiskt stöd gör så att individen kan förstå själva händelsen bättre och det kan innebära allt från att ge information om olika reaktioner som kan väntas av den direkt drabbade, så det inte kommer som en chock för de anhöriga. Ett annat sätt att ge psykologiskt stöd kan vara att ge uppmuntring och självförtroendeboostar till de drabbade

för att de ska kunna hantera situationen bättre. Socialt stöd handlar om empati. Individer som varit med om svåra händelser som har skakat om den egna personligheten behöver återförsäkras sitt eget jag, alltså vem personen är i relation till andra människor. Stödet ger en känsla av meningsfullhet och bekräftar personligheten hos den drabbade. (Hedrenius & Johansson, 2013, s. 35).

En krissituation kan uppstå då en person märker ett hot, en förlust eller svårighet. Samma kriteorier tillämpas på barn som på vuxna, eftersom det inte har uppfunnits teorier för barn specifikt. Det finns två olika typer av kriser, utvecklingskris och traumatisk kris. En kris innebär en händelse eller en situation som personen upplever ohanterlig och där de egna resurserna inte räcker till för att klara av situationen. En kris är ett tillfälligt tillstånd. (Poijula, 2007, s. 28-32).

De rättigheter som barnet har i krissituationer enligt Hammarlund är att den vuxna ska ge barnet riktig information som är både öppen och ärlig om situationen. Det är viktigt att förlusten görs verklig för barnet så att hen sedan kan få tid för sin kognitiva bearbetning och den vuxna ska hjälpa barnet i hans känslomässiga bearbetning. Viktigt är att barnperspektivet tas till vara i krisen. (Hammarlund, 2012, s. 96-98).

2.2 Sorg

Sorg är något som alltid existerat och många gånger beskrivs det som en stark och ofrånkomlig kraft. Enligt en engelsk psykiater vid namn Collin Murray Parkes är sorg något som alla upplever någon gång. Han påstår även att det är en av de allvarligaste stressfaktorer en människa kan drabbas av. (Hillgaard, Keiser & Ravn, 1998, s. 29-30).

Människor som upplever sorg drabbas såväl fysiskt som psykiskt. Många gånger kan det handla om att den sorgedrabbade lider av dålig aptit, sömnsvårigheter, magbesvär, hjärtklappning, huvudvärk, muskelont med mera på grund av det autonoma nervsystemets störda kontroll. En allmän känsla av att personen är i fysiskt dåligt skick förekommer. Psykiskt innebär sorgen att den drabbade känner sig förtvivlad, ångestfylld, övergiven och ensam, samtidigt som känslor av raseri gentemot den döde, mot världen och mot ödet uppkommer. (Hillgaard et al., 1998, s. 29-34). Att tillåta barns sorgereaktioner och känslor är viktigt. En del människor gråter och då är det lättare för personerna i omgivningen att se hur ledsen den som gråter är. Andra personer vill eller kan inte gråta inför andra. De kan visa sin sorg i form av till exempel ilska eller oberördhet. Kroppen kan även ge uttryck för sorg genom att personen i fråga exempelvis får ont i magen eller är illamående. Det är

betydelsefullt att vara lyhörd för barnets kroppsliga reaktioner, eftersom kroppen också berättar hur människan mår på insidan. (Stigberg, 2013, s. 104).

Något som är värt att lägga på minnet är att sorgprocessen alltid finns, den existerar och alla går igenom den. Denna process kan grovt delas in i tre stadier. Först handlar det om att få en realitetsinsikt om det som har skett, vilket kan ses som en slags frigörelse från det som varit. Därefter kommer återanpassning till vardagen och den omgivande miljön i nutiden och sist men inte minst planering av en ny livsperiod och mod att finna nya vägar till framtiden. (Hillgaard et al., 1998, s. 29-34).

Det är väldigt viktigt att alla familjemedlemmar får en möjlighet att ta farväl på sitt sätt, såväl små som stora. Detta för att underlätta sorgprocessen. För ett barn kan detta innebära att rita en teckning som sedan kan följa med den döde till graven. Syskon kan även ha frågor och funderingar angående döden. Barn kan delta i planeringen av jordfästningen genom att välja sånger eller blommor. Delaktigheten är av stor vikt för alla, såväl vuxna som barn, för att få bli sedd och hörd. (Runesson, 2013, s. 14-16).

2.3 Andlighet

Det är svårt att definiera andlighet, eftersom andlighet är individuellt och alla tolkar det på olika sätt (Senreich, 2013, s. 551). Andlighet kan förklaras som en persons individuella uppfattning gällande existentiella frågor och hur personen förhåller sig till dem i förhållande till världen, sig själv och andra personer (Senreich, 2013, s. 553).

Andlighet är ett relativt nytt ämne inom det sociala arbetet. Omkring 2000-talet har olika andliga inslag börjat synas. Det har dragits paralleller mellan andlighet och det okända och eftersom det talas om det okända kan andligheten tillämpas oberoende av religion. Andligheten kan däremot se olika ut beroende på vilken religion vi tillhör samt vad vi tror på. Andligheten är obunden till en religion, andlighet gör uttryck oberoende eftersom det i varje religion finns någon meningsfullhet. (Helleday & Berg Vikander, 2007, s. 156-157, 159).

Andlig intelligens kan vara en del av vår uppfattning om andlighet. Till andlig intelligens hör bland annat hur personer reagerar och behandlar existentiella svårigheter och krissituationer, men även att personen i fråga känner meningsfullhet och kan vara i interaktion tillsammans med andra människor. (Helleday & Berg Vikander, 2007, s. 159).

Andlighet kan också beskrivas som en persons personliga förhållande till en högre makt. En annan definition på andlighet kan vara tron och känslor gällande livshändelser, såsom döden, orättvisor och lidande. I andlighet kan även tron på astrologi och övernaturliga ting ingå. (Schlehofer, Omoto & Adelman, 2013, s. 412-413).

Inom hälsovården har andlighet definierats på bland annat följande sätt; behovet av att hitta mening i livet, ett fenomen som människor har behov av då de befinner sig i olika kriser och att andlighet betyder olika saker för olika människor beroende av deras syn på livet (McSherry & Smith, 2007, s. 17).

För barn som växt upp i familjer och daghem som uttryckligen undervisar om Gud, kyrkan och relationer kan det finnas redan färdiga vägar till att förstå förlust och till att kunna sörja genom spirituella diskussioner. Även om barnet inte har en bakgrund med spirituella grundstenar, kan de sociala strukturer och relationer som medföljer från till exempel kyrkan, daghemmet och samhället tillfredsställa nödvändiga emotionella behov då barnet förlorat någon närstående. (Walters, 2008, s. 279).

Vår definition på andlighet stämmer överens med hur Schlehofer et alia väljer att beskriva vad andlighet innebär. Tron på en högre makt, uppfattning och känslor angående livshändelser samt tron på astrologi och övernaturliga ting förklarar hur vi ser på andlighet. (Schlehofer et al., 2013, s. 412-413). Vi har valt att utesluta definitioner där andligheten är religiöst bunden, eftersom ett daghem kan vara mångkulturellt och vår metod ska kunna användas oavsett barnets religion eller kultur.

Ofta när någon upplever en kris börjar funderingar på frågor kring andlighet snurra. Funderingar om meningen med livet, om en högre makt existerar och på livet efter döden. Då ett barn förlorar en familjemedlem funderar barnet bland annat på hur den avlidne har det, var personen är och om han eller hon kommer tillbaka. Därför tänker vi att ett barn som förlorat en familjemedlem upplever en andlig kris. Dessa frågor är viktiga för barnet att få svar på, att barnet får bekräftat att den avlidne inte är på något hemskt ställe. Det är väldigt viktigt för sorgprocessen att barnet ska få säga hejdå till den avlidne. Detta farväl kan ske på olika sätt, till exempel genom begravning, vilket vi ser som en andlig tillställning. Därför anser vi att sorgen innefattar andlighet.

2.4 Familj

Gilding menar (enligt Cook, 2014) att familj kan definieras på tre olika sätt. Personer som är biologiskt släkt, är gifta eller bor tillsammans kan anses vara en familj. Den definitionen är den som oftast används till exempel inom politiken och i familjeforskningar. Den andra definitionen är att personer som enligt sina sociala roller och funktioner utgör en familj. Där utgör de sociala, psykiska och materiella funktionerna en stor betydelse. Med den tredje och sista definitionen menar Gilding att en familj kan anses vara en familj på grund av betydelsen en person har för en annan. (Cook, 2014, s. 2).

De flestas uppfattning gällande vad en familj är, är att familjen består av en mamma, pappa samt deras barn. Själva begreppet familj är svårt att definiera vetenskapligt eftersom det måste förstås vad som utgör en familj och hur den bildas. Det finns flera undantag inom definitionen familj då familjer kan se mycket olika ut och vara väldigt individuella. En familj kan även definieras enligt sin struktur, vilket betyder att det utgås ifrån medlemmarna av familjen, människor som har ett samband till varandra utgör en familj. Jallinoja skriver även att om föräldrarna bor på olika ställen uppfattas det inte som en familj, vilket pekar på att ett hem som är gemensamt är ett betydande element för definitionen av familj. (Jallinoja, 1990, s. 6).

I Finland har statistikcentralen definierat familjen på basen av FN:s befolkningsrekommendation från 1980. Enligt statistikcentralen är de personer som bor tillsammans en familj. Barn som inte bor med föräldrarna permanent, räknas inte till föräldrarnas familj. En ensamstående person tillhör enligt denna definition inte någon familj. Det begrepp som i folkräkningen används för kärnfamiljen menar att en familj kan bestå av högst två på varandra följande generationer. Om flera generationer bor under samma tak, bildas familjen utgående från den generation som är yngst. (Jallinoja, 1990, s. 7).

I detta examensarbete definieras familj som dem som står barnet nära och bor med barnet. Föräldrar och syskon är de som vi räknar till familjemedlemmar, även styvsyskon och styvföräldrar räknas. Vi anser även att båda föräldrarna räknas till barnets familj fastän föräldrarna är skilda och bor på olika håll. Bor barnet med till exempel mor- eller farföräldrar räknas även de som familjemedlemmar. Vi har liknande tankesätt som Gilding, där han i en av sina definitioner menar att personer enligt sina sociala roller och funktioner utgör en familj (Cook, 2014, s. 2).

3 Litteraturöversikt

I detta examensarbete används litteraturöversikt som forsknings metod. Litteraturöversikt innebär en sammanfattning av olika forskningar som gjorts inom ett ämne det forskas i. Meningen med litteraturöversikten är att ge en heltäckande bild över området. Översikten är en kritisk diskussion kring ämnet där det tas upp likheter och olikheter i redan existerande litteratur. Litteraturöversikten är en process av analyser och syntes av tidigare forskningar för att sedan kunna producera en översikt. I början av processen letas det fram ordentligt med fakta, sedan finlipas texten och begränsas så endast det mest väsentliga kommer med. (Coughlan, Cronin & Ryan, 2013, s. 2-7).

Litteraturöversikten ska vara noggrant och kritiskt gjord, vilket sedan kan vara till hjälp då frågeställningen bildas. Vissa litteraturöversikter har från första början en frågeställning som inte ändrar under arbetets gång medan andras frågeställningar kan ändra beroende på hurdana fakta man hittar. (Coughlan et al., 2013, s. 2-7).

I detta examensarbete har det gjorts en litteratursökning för att få fram information som stöder ämnet barn i kris och sorg efter en familjemedlems död. Sökorden som använts vid sökningarna är bland annat sorg, kris, död, andlighet, trauma som även har kombinerats och sökts på svenska, finska och engelska. En tabell över litteratursökningen har gjorts (se Bilaga 1). Artikelsökningarna har gjorts i databaserna Ebsco, Arto, SweMed+. De artiklar vi valt att använda har berört vårt ämne. Artiklarna vi har valt att lämna bort är på grund av att målgruppen varit fel, till exempel har många handlat om föräldrar som mist ett barn, om ungdomar som mist en förälder och föräldrar med dödligt sjuka barn. Det har varit svårt att hitta artiklar som gäller just åldersgruppen som vi har begränsat examensarbetet till, det finns mera om ungdomar och vuxna.

Vi har använt oss av samma sökord både i artikelsökningen och vid den manuella sökningen. Databasen som använts i skolans bibliotek är Tritonia. Andra bibliotek som vi sökt i är Pargas stadsbibliotek och Åbo stadsbibliotek. Sökningarna är även där gjorda på svenska, finska och engelska.

När källorna har börjat upprepa sig har vi avrundat vårt resultat. Vi har hittat flera källor som säger samma sak eller mycket liknande saker och då har vi valt att inte använda oss av alla, utan valt de nyaste. Det har funnits böcker och artiklar som vi inte haft tillgång till, på grund av att vi skulle ha varit tvungna att köpa dem eller att de varit lösenordskyddade.

4 Innehållsanalys

Innehållsanalys är till för att skribenterna skall kunna analysera innehållet i texten. Däremot behöver det inte vara text utan även bilder, ljud och filmer med mera kan analyseras. Inom innehållsanalysen bryts texten först ner i mindre delar, det vill säga från hela meningar som sedan förkortas stegvis till enstaka ord. (Denscombe, 2000, s. 199). Domänen består av större helheter i en text som sedan spjälkas upp till meningsenheter som kondenseras och abstraheras, därefter bildas koder, kategorier, underkategorier och till sist når man fram till temat som utgör ”den röda tråden” i texten (Lundman & Hällgren Granheim, 2008, s. 159-164).

I detta arbete har en induktiv innehållsanalys gjorts, vilket innebär att man inte utgår från någon på förhand utarbetad teori eller modell (Lundman & Hällgren Granheim, 2008, s. 160). Vår motivering till valet grundar sig på att vi tänker att det till exempel inte spelar någon roll i vilken fas barnet befinner sig i krisen eller om dödsfallet är plötsligt eller väntat.

Vår innehållsanalys har gjorts i form av en tabell där vi har plockat ut citat ur ursprungskällan som vi sedan spjälkat upp i subkategorier och slutligen kommit fram till olika kategorier. Citaten vi har valt att ta med i innehållsanalysen anser vi att är sådan information som poängterats i flera olika källor. Därefter har citaten kondenserats till olika subkategorier som sedan har lett till kategorier som svarar på våra frågeställningar.

Tabell 1 Exempel på innehållsanalys

Citat	Subkategori	Kategori
1. "Developmental play activities with Melissa facilitated the relationship, enabling her to move forward in playing out the themes in her life that she needed help in understanding." (Heikes, 1997, s.4).	Icke verbal kommunikation och praktiska verktyg	Leka
2. "Toistamalla menetystä leikeissään lapset alkavat ymmärtää tapahtunutta... Todellisuudessa lapset oppivat kestämään menetystään leikin avulla." (Pojjula, 2007, s. 99).		
3. "I leken sker inte verklighetens hemskheter förrän barnet väljer att låta dem ske. Även med hjälp av handdockor och rollspel kan barnen själva forma skeendet. Flera av de gamla folksagorna ger detta utrymme." (Arvidsson-Artman, 2002, s. 108-109).		
4. "Lapsi tarvitsee kokemuksen siitä, että lähellä on ihminen, joka jaksaa ja kestää kuunnella häntä ja keskustelee hänen surustaan." (Pojjula, 2007, s. 121).	Den vuxna behöver vara närvarande och ge utrymme åt barnet	Närvarande vuxen

<p>5. "Many teachers are significant and nurturing adults in children's lives and may temporarily fill the role of providing emotional support for the children in the absence of such support from family members." (Buxbaum & Brant, 2001, s. 3)</p>		
<p>6. "Receive adequate information. Their fears and anxieties must be addressed, and they must be reassured that they are not to blame." (Buxbaum & Brant, 2001, s. 4).</p>	<p>Förmedla sakenlig information åt barnet</p>	<p>Konkret information om döden</p>

I citat 1 betonas hur viktig leken är för barnet, för att hen ska få uttrycka sina känslor. Citat 2 beskriver hur barnet genom leken börjar förstå vad som har hänt samt stå ut med förlusten. Citat 3 ger barnet möjlighet till bearbetning av förlusten genom andra uttrycksformer. Dessa tre citat bildar sedan subkategorin *icke verbal kommunikation* och *praktiska verktyg*. Då vi kommit fram till denna subkategori så har vi tänkt att barnet i leken inte nödvändigtvis behöver eller kan använda sig av verbal kommunikation. I subkategorin har vi även tillagt praktiska verktyg eftersom professionella och vuxna kan ta hjälp av konkreta hjälpmedel, till exempel sagor därför att barnet kan få hjälp med att få ord på sina känslor. Subkategorin leder vidare till kategorin *leka*, därför att leken är ett naturligt sätt för barnet att hantera sin förlust och bearbeta sina känslor.

Citat 4 poängterar barnets behov av en vuxen som finns tillgänglig och har tålamod att lyssna till barnet medan citat 5 beskriver betydelsen av daghemspersonalen för ett barn som sörjer. Föräldrarna är inte alltid kapabla att stöda barnets emotionella behov på grund av sin egen sorg och då kan professionella på daghem vara en extra viktig trygghet för barnet. Vi har tolkat dessa citat som att *den vuxna behöver vara närvarande* och *ge utrymme åt barnet*. Den vuxna behöver vara med barnet och kontinuerligt erbjuda barnet möjligheten att till exempel prata eller spela. Vi anser att hjälpen bör ske på barnets villkor, är inte barnet villigt att prata eller om barnet är kortfattad så bör den vuxna respektera det.

Subkategorin leder till kategorin *närvarande vuxen*. Vi tänker att alla barn inte kommer och begär att få prata med någon vuxen om inte barnet är säker på att den vuxna lyssnar och ger sig tid.

Det sjätte citatet betonar hur viktigt det är för barnet att inte få en förskönad, snedvriden och censurerad version av det som hänt. Om barnet inte får någon information alls så ger det barnet möjlighet att själv måla upp händelsen, som då kan vara mycket värre än den verkliga händelsen. Det är därför extremt viktigt att man som vuxen förmedlar *sakenlig information* till barnet om det som hänt, vilket betyder att den vuxna ska förmedla *konkret information om döden*. Eftersom barn inte förstår abstrakta begrepp, bör den vuxna förklara döden mer konkret för barnet, till exempel genom att säga att den döda inte längre äter eller är varm. Alla gånger vet man inte svaret på barnets frågor och då är även ”jag vet inte” ett ärligt svar. Vissa frågor kan man även besvara med att man kan ta reda på svaret om man är osäker eller inte vet svaret.

5 Resultat

Genom vår innehållsanalys har vi kommit fram till tolv kategorier som svarar på våra frågeställningar; vad behöver barnet ur ett andligt perspektiv då någon familjemedlem dött, hur kan daghemspersonalen bemöta och stöda barnet efter en familjemedlems död och vad finns det för tidigare stödmetoder för ett barn som mist en familjemedlem. I kapitel 5.11 sammanfattas resultatet i form av figurer. Vi tar enskilt upp varje frågeställning i en egen figur, där kategorierna från vår innehållsanalys fungerar som svar.

Litteraturen vi använt oss av har inte poängterat att barn skulle ha några särskilda andliga behov efter en familjemedlems död. Eftersom vi har definierat andlighet som bland annat tron på en högre makt, uppfattning och känslor angående livshändelser så kommer andligheten ändå med i svaren på frågeställningen.

5.1 Genom att vara medveten om barns sorgereaktioner

För att kunna hjälpa ett barn som sörjer är det viktigt att vara medveten om barns sorgereaktioner (Jarratt, 1996, s. 68). Dyregrov menar att reaktionerna när en förälder dör är långt lika som när ett syskon dör. Skillnaden är dock att reaktionerna varar längre då en förälder dör. (Dyregrov, 2007, s. 41). Hur länge sorgereaktionerna pågår och styrkan på

reaktionerna är beroende av vem det är som dör. För ett barn är föräldrarnas död den som bidrar till de starkaste och längsta sorgereaktionerna. (Dyregrov, 2007, s. 58).

Att göra en bedömning av situationen är ett första steg för att kunna stöda barnet under dennes sorgprocess. Nyckeln för att kunna bedöma potentiella sorgereaktioner är ett barns utvecklingsstadier. När det görs en helhetsbedömning av sorg skall barnets fysiska, känslomässiga och andliga respons inkluderas. Olika kännetecken för fysiska "problem" som kan uppstå när barnet sörjer är att hen kissar på sig under natten, har problem med sömnen, gråter mycket, har huvudvärk och magont för att nämna några, dessutom varierar det från barn till barn. Även den emotionella responsen varierar hos olika barn och kan visa sig i form av protest och uppror, förtvivlan, ångest och depression. Inom den spirituella responsen hos små barn tenderar 74 procent av barnen tro att deras föräldrar är "i himlen" enligt en undersökning. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 1-2).

Största delen av barn i åldern två till åtta, som mist en förälder börjar efter några veckor uppvisa ändrat beteende. En månad efter dödsfallet är cirka 70 procent av barnen som är 2-17 år sorgsna, irriterade och gråter. Sömnproblem, förlorad mataptit och tillbakadragenhet är vanliga sorgereaktioner hos människor i alla åldrar. (Poijula, 2007, s. 119).

Barn kan uppvisa en hel del olika sorgereaktioner, bland annat; ångest, starka minnen, sömnrubbnings, nedstämdhet, längtan, saknad, vrede, skuld, kroppsliga smärtor samt regression. John Bowlby, läkare och psykoanalytiker, menade (enligt Fahrman, 2009) att ett litet barns separationsångest vid korta separationer är en träning i att sörja. (Fahrman, 2009, s. 50-52). Även koncentrationssvårigheter kan drabba ett barn som mist någon familjemedlem. För att stöda barnet att koncentrera sig kan avslappningsövningar vara till hjälp. (Dyregrov, 2007, s. 103). Vanliga känslor hos ett barn efter ett dödsfall av en nära anhörig är separationsångest, skuldkänslor och fientlighet (Norris-Shortle, Young & Williams, 1993, s. 736-737). Hur en förälder sörjer och hanterar dödsfallet påverkar även hur barnet anpassar sig till döden och senare i livet. Om familjemedlemmens död är oväntad kan känslornas utlopp vara mer extrema. (Auman, 2007, s. 34-36).

Forskning har visat att barn reagerar lite olika, beroende på till exempel ålder, på ett syskons död. Barn i daghemsålder kan reagera bland annat genom att må illa, ha sömnproblem och vara hyperaktiv. I samma undersökning kom det fram att en del föräldrar upplevde bland annat att deras barn inte förstod vad som hade hänt och andra hade den uppfattningen att barnen trodde att det döda syskonet nu var på ett bra ställe. (Youngblut & Brooten, 2013, s. 475-477).

5.2 Prata om döden

Ett barn i fyra till sex års ålder ställer många existentiella frågor. Direkta frågor kring döden uppkommer nödvändigtvis inte förrän ett dödsfall inom familjen sker. Barnet saknar ofta de erfarenheter, kunskaper och förmågor som de vuxna har. Detta innebär i praktiken att vuxnas hanterande av sin egen sorg samt hur de ger uttryck för den har en avgörande roll för hur barnet uppfattar döden samt hens förmåga att uttrycka sin sorg. (Foster, 1990, s. 55-57). Barnet har heller ingen begreppslig förståelse för döden, trots att hen kan ordet och använder det i bland annat leksituationer. Barnet tror i denna ålder att det finns ett liv efter döden, eller att döden är en fortsättning på livet, som att den döde till exempel förvandlas till en blomma. De kan även leka om döden, utan att mena allvar. De ser det som en helt normal sak att en gammal människa dör. Då ett barn är ungefär sex och sju år är hen extra sårbar, och då kan ett dödsfall inom familjen medföra ett temporärt bakslag i utvecklingen. (Foster, 1990, s. 66-68).

Buxbaum och Brant har i sin artikel en figur om barns utvecklingsuppfattningar av döden av tre olika författare. Den första i figuren är av Nagy där det står att barn mellan åldrarna tre till fem ser döden som något tillfälligt och ovanligt snarare än att det är slutet på personens liv. Anthony säger att barn i åldrarna tre till fem inte kan förstå vad ordet död innebär och basen från data av Melear och White skriver att de flesta barn mellan fyra till sju år tror att döden går att ta tillbaka, att det är vändbart, och att de som är döda har känslor och fungerar biologiskt. De är inte medvetna ännu om att alla människor slutligen dör. Däremot skriver de även att barn från fem år och uppåt så småningom förstår att det inte går att vända döden till levande. Vid sex års ålder förstår de att även den biologiska funktionen slutar fungera när någon dött. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 3).

Det är inte lätt att veta vad ett barn förstår och inte förstår när det gäller döden (Hillgaard et al., 1998, s. 113). Då den vuxna pratar om döden med ett barn, är det bra att försiktigt fråga sig fram vad barnet inte förstår gällande döden (Poijula, 2007, s. 99). Dyregrov skriver att det är i takt med att barns kognitiva förmåga utvecklas så ökar också insikten av vad döden innebär, vilket betyder att förmågan att förstå döden är individuell och därmed är åldrarna riktgivande (Dyregrov, 2007, s. 11). Foster menar att tre till fyra åringar ser döden som en paus från livet. Ett dödsfall som sker inom familjen ger en djupare förståelse och barnet kan koppla döden till frånvaro. Om ena föräldern dör kan det skapa en slags svartsjuka hos barnet, tänk om föräldern nu finns hos någon annan familj. (Foster, 1990, s. 60-64). Christ menar dock att barn mellan tre och fem år inte förstår att personen som dött inte kommer

tillbaka och att den som dött inte har någon kroppsfunction längre. Barn har även separationsångest när de inte är med sin primära vårdgivare och de känner sig överväldigade när de utsätts för sin förälders starka känslomässiga sorgereaktioner. (Christ, 2000, s. 75).

För att kunna ha ett samtal med barn om döden så är det viktigt att veta vad barnet känner. Barnet känner om föräldrarna reagerar på en allvarlig händelse, om föräldrarnas känsloläge drastiskt förändras, om föräldrarna är spända och oroliga, om föräldrarna är arga och upprörda, om föräldrarna undviker att tala om något eller döljer något och om föräldrarna har hemligheter, som barnet inte är delaktig i. (Foster, 1990, s. 75-80). Barn i daghemsålder kan även ha orealistiska uppfattningar om döden även om hen har varit med på en begravning. Barnet kan senare vilja gå igenom minnen om händelserna kring ett dödsfall, och då kan en minnesbok vara till nytta. (Youngblut & Brooten, 2013, s. 480).

En vuxen som berättar om egna tankar och tro angående svar på livsfrågor kan förmedla hopp och tro åt barnet. Även att prata om Gud, himlen och paradiset, fast man som vuxen inte själv ens skulle tro på det, kan få barnet att tänka i banor att det finns en fortsättning efter livet här på jorden. Det skapar hopp, vilket kan vara till stöd i svåra tider. (Stigberg, 2013, s. 107).

Magiskt tänkande är något som finns mer eller mindre under hela barndomen men särskilt vid fyra till sex års ålder. Detta magiska tänkande innebär att barnet inte kan se orsakssamband och mening utan söker förklaringar hos sig själv vilket betyder att om ett dödsfall sker inom familjen så tror barnet att hen på något sätt är skyldig. Barnet tror att någonting hen gjort, tänkt, önskat eller velat har orsakat dödsfallet. (Foster, 1990, s. 64-66). Erkkilä et al. och Poijula anser att det magiska tänkandet finns hos barn i åldern två till fem år. Det magiska tänkandet kan också ge uttryck i form av att barnet tror att döden är en person som till exempel "Liemannen". Barnet känner rädsla för att döden kommer och tar barnet. Barn mellan två och fem år förstår inte att döden är konstant samt att alla människor kan dö. (Erkkilä et al., 2003, s. 129; Poijula, 2007, s. 95-96). Även Hammarlund tar upp magiskt tänkande, men anser dock att det börjar vid två års ålder och pågår upp till sex års ålder (Hammarlund, 2012, s. 91). Genom att prata med barnet kan den vuxna få reda på barnets uppfattningar om döden och utifrån den informationen kan man som vuxen hjälpa barnet att bli av med feluppfattningarna. Som vuxen kan det vara bra att känna till vanliga feluppfattningar som barn kan ha kring döden.

5.2.1 Ärligt bemötande och svar på frågor

Hammarlund menar att man som förälder eller vuxen ofta funderar och frågar om hur mycket barn egentligen förstår av döden. En ganska allmän uppfattning är att barn under två år inte borde eller kan förstå så mycket av vad det betyder att dö eller vara död. Barn mellan två och sex år förstår inte vad död innebär, men de har börjat funderat kring det i sin fantasi. Just i den här perioden av deras liv så är det vanligt att barn tror att döden kan undvikas och upphävas, alltså att det går att skippa döden eller göra den ogjord. I Stockholm gjordes det en intervju på ett fritidshem i januari 2002. Det var i samband med Astrid Lindgrens död, och en pojke hade svarat tröstande: ”Astrid Lindgren kanske blir levande igen!”. Det har konstaterats att barn i dagisålder tror att den döda personen ”lever” vidare fast personen är död, att man som död kan andas och hålla sig varm i kistan. (Hammarlund, 2012, s. 91). Små barn förstår alltså inte att en död kropp förmultnar (Poijula, 2007, s. 96).

Barn blir påverkade av hur deras föräldrar beter sig. Om föräldern är obekväm med sorg och kris efter ett dödsfall, påverkar det hur barnet ser på döden. Ett litet barns sorgeprocess blir ofta förbisedd, och som professionell är det viktigt att finnas där för barnet och få barnet att förstå att det är okej att prata om den anhöriges död. Även om barnets kognitiva förståelse är begränsad så reagerar hen ändå och har starka känslor då en familjemedlem dör. (Jarratt, 1996, s. 30). Då ett barn är med om något traumatiskt, till exempel att en person i barnets närhet dör, är tidigare erfarenheter, andlighet och religion byggstenar i hur barnet hanterar och bearbetar krisen (McSherry & Smith, 2007, s. 18). Vid arbete med ett barn är det viktigt att det uppmärksammas oroväckande förändringar hos barnet (Bøge & Dige, 2006, s. 22).

Många vuxna känner sig osäkra på hur de ska prata om döden med ett barn, men Ulrica Stigberg menar att barnet frågar det hen vill veta och att man som vuxen ska svara så gott det går. (Stigberg, 2013, s. 101-102). Ett barn under sex år förstår ofta inte att döden är slutgiltig, hen frågar ofta om den som dött kommer tillbaka snart och kan tro att det är hens fel att personen försvunnit på grund av att barnet sagt att hen har varit dum eller liknande. Då är det viktigt att ta frågorna på allvar och besvara dem. (Bøge & Dige, 2006, s. 33). Under de första veckorna upp till en månad efter dödsfallet kan barnet gång på gång fråga var den avlidne finns (Christ, 2000, s. 75).

När föräldrar och vuxna har mist någon nära på grund av ett dödsfall tenderar de att stänga av och visar inte utåt vad de känner. Barnet läser av föräldrarnas beteende och detta oroar

barnet vilket leder till att hen blir mer klängig, skrikig och jobbig eftersom hen inte förstår vad som är fel och vill ha föräldrarnas uppmärksamhet. Barnet tror även ofta att det är hens fel att föräldrarna inte är som vanligt även om barnet inte vet vad hen skulle ha gjort för fel. Ett barn tar ofta på sig skulden och mår dåligt. (Hillgaard et al., 1998, s. 99-112).

Som sagt är det viktigt att föräldrar och professionella pratar med barnet om den döde och inte undviker att tala om det, för då kan barnet få en uppfattning om att det är tabu att tala om döden och därmed vågar barnet inte fråga om den avlidna personen. Ofta känner föräldrar att de skyddar sitt barn genom att inte berätta hela sanningen om den avlidne och hittar på andra ursäkter till varför denne är borta. Genom att genast berätta sanningen för barnet får hen tid att bearbeta det som hänt, och kan därefter fråga om sådant som hen undrar över. (Norris-Shortle et al., 1993, s. 738). Ofta förstår och tål barn mycket mer än vad vuxna tror. (Dyregrov, 2007, s. 79-80).

Det är viktigt att så fort som möjligt efter ett dödsfall berätta åt barnet vad som har hänt. Berättar inte den vuxna åt barnet vad som har hänt känner barnet, oberoende ålder, ändå på sig att situationen är allvarlig. Barn är duktiga på att avläsa vuxnas signaler och förstår att något inte är som det ska vara. (Nyström et al., 2012). En annan orsak till att så fort som möjligt berätta för barnet, är så att hen inte får informationen av någon annan på ett oplanerat sätt. Om inte religion är en central del i barnets liv bör inte begrepp som Gud eller himlen, ingå i förklaringen kring döden. Begreppen är abstrakta och det kan vara förvirrande för barnet att koppla ihop det abstrakta med det konkreta. Om religion och religiösa ting däremot är en central del i barnets liv, är det en bra lösning att använda sig av dem. Genom att berätta om döden på ett ärligt och konkret sätt, minskar risken för att barnet blir förvirrat eller får konstiga fantasier. (Dyregrov, 2007, s. 79-80).

Då barnet är i tre till sex års ålder börjar hen ägna sig åt allt fler självständiga funktioner. Det faktum att barnet nu bättre utvecklar dess språk och förmåga att kommunicera leder till att barnet börjar förstå att alla människor är skilda individer. Samspelet med vuxna kan främja eller hämma en positiv utveckling för barnet i denna ålder. (Hillgaard et al., 1998, s. 102-103).

Gradvis börjar barnet i fem-sex-års åldern förstå att döden är slutgiltig. Vuxna kan fråga sig om ett barn kan vara för ungt för att ta emot hjälp, men Bøge och Dige anser att om ett barn börjar ställa frågor eller visar med kroppen att något inte står rätt till är hen tillräckligt mogen för att ta emot hjälp. Då är professionella på daghem bra lämpade att besvara barnets frågor och ge stöd åt hen. (Bøge & Dige, 2006, s. 26-28). Åldersanpassad

kommunikation är en bra metod för att ge stöd åt barnet och minska hens känslor av förvirring och isolering (Bøge & Dige, 2006, s. 33).

Buxbaum och Brant har i en artikel tagit med Worden's tips på att barnet borde få adekvat information när det kommer till död av en familjemedlem, det måste bli klart för barnet att inget är hens fel. Som vuxen måste man se till att verkligen lyssna till barnet när frågor om händelsen och döden kommer upp och svara på frågorna så att barnet kan bearbeta överväldigande känslor som kan uppstå. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 4). Barnet frågar tills hen är nöjd med svaret eller när hen märker att den vuxna inte vill eller orkar svara på frågorna längre. Barnet märker när vuxna inte vill svara eller tycker att frågorna är obekväma. Då frågar barnet inte längre och kan istället hitta på egna svar samt göra upp egna fantasier som många gånger kan vara svårare för barnet att hantera än verkligheten. Ett barn har även funderingar utöver själva döden, till exempel om den döde kan se en från himlen. Den vuxna ska försöka svara så gott det går, men även att säga att man inte vet och då fråga barnet vad hen tror, är ett svar. (Stigberg, 2013, s. 106-107).

Ett barn behöver nödvändigtvis inte förstå förklaringar som säger att det är värre när farmor dör än när ett husdjur dör. För att ge bättre förståelse för barnet så är det av stor vikt att man som vuxen klarar av att gå till sig själv, och berätta hur det känns för en själv då till exempel farmor dött. (Hillgaard et al., 1998, s. 106-107).

5.2.2 Konkret information om döden

Det är bra om barn lär sig tre konkreta punkter gällande döden. Alla levande varelser kommer att dö. Barn kan tro att endast onda människor dör vilket bör förklaras att inte stämmer, även de goda dör. Den andra punkten är att döden är bestående och oåterkallelig. Ett barn kan tro att genom gott beteende eller bön kommer den döda tillbaka. Den tredje och sista punkten är att den döda inte kan känna något, det vill säga smärta eller törst. (Pojula, 2007, s. 98).

Det har gjorts en forskning om på vilket sätt familjen vill komma ihåg ett bortgånget barn eller syskon. Resultatet visade att nästan alla barn vill ha någon betydelsefull sak som kopplas ihop med det bortgångna syskonet. Nästan hälften av barnen tyckte att det mest betydelsefulla var att ha något som tillhört syskonet medan många även tyckte att något visuellt exempelvis foton eller en "scrapbook" var meningsfullt för dem. Andra saker som barnen också valde som meningsfulla var att besöka platser som syskonet brukade vara på, till exempel rummet och göra saker som syskonet tyckte om att göra. (Foster et al., 2011, s.

426-431). Det framkom skillnader på vilket sätt barnen och föräldrarna ville komma ihåg den döde, barnen gjorde oftare det på ett mer konkret sätt, medan föräldrarna mer abstrakt genom att till exempel prata med eller tänka på den döda (Foster et al., 2011, s. 436).

Barnet kan uppfatta vuxnas prat ordagrant. Om barnet tror att den döde sover kan det leda till att barnet själv blir rädd för att sova. Om det sägs att den döda är i himlen och ser på barnet kan barnet tolka det som att den döda kan se allt som barnet gör. (Erkkilä et al., 2003, s. 129-130). Eftersom barn tänker på ett så konkret sätt kan det få dåliga konsekvenser om man som vuxen säger att den avlidne personen sover, är på resa eller något liknande. Hen kan bli rädd för att själv gå och sova ifall hen inte skulle vakna upp mera, eller så går hen och väntar på att personen ska komma tillbaka. (Norris-Shortle et al., 1993, s. 738).

För ett barn som lider av en förlust, i detta fall som mist en familjemedlem, är det viktigt att göra några saker klara. Det viktigt att berätta vem som kommer att ta hand om barnet då en förälder har dött, för det andra bör det klargöras att barnet inte är orsaken till det som hänt. Det är även bra att tala om för barnet att det är normalt att ha olika tankar och funderingar kring dödsfallet. Därefter bör det bekräftas att det inte är konstigt att känna annorlunda och att ingen kan bestämma hur barnet ska känna sig. (Jarratt, 1996, s. 8-10).

Forskning visar att föreställningen om barns uppfattning om döden ser ganska lika ut oberoende av var i världen barnet bor. Barns uppfattning skiljer sig mera på hur vuxna har berättat om döden och hur mycket barnet tagit del av traditioner kring dödsfall, till exempel begravning. (Dyregrov, 2007, s. 15). Barn tar ofta modell av den vuxnas tro om döden och livet (Poijula, 2005, s. 146).

Ett barn som är mellan fyra och sex år börjar få en biologisk uppfattning om vad det innebär att vara levande. Med biologisk uppfattning menas att barnet börjar förstå kroppens olika och korrekta funktioner, till exempel ett yngre barn kan ha den uppfattningen att människor har hjärtat för att kunna tycka om någon. (Dyregrov, 2007, s. 13). Då barnet är mellan fem och tio år ökar insikten i att en människa som har dött inte kommer att komma tillbaka. (Dyregrov, 2007, s. 13; Poijula, 2007, s. 95). Ett barn i cirka sju års ålder uppfattar bättre verkligheten att alla kommer att dö. Dock ser hen sig själv inte alltid som dödlig. (Dyregrov, 2007, s. 14). I denna ålder tycker barn att döden kan vara spännande, tankar om döden börjar vara mer realistiska (Poijula, 2007, s. 97). Barns uppfattning om döden varierar också beroende på om barnet tidigare har upplevt att någon

dött. I sådana fall är uppfattningen mera realistisk än om barnet inte har tidigare erfarenhet. (Bonoti, Leonardi & Mastora, 2013, s. 48, 53).

Ett litet barn kan inte förstå abstrakta begrepp som själ och liv, då är det bättre att använda sig av beskrivningar för att barnet ska förstå vad som hänt med den döde. Ett exempel kunde vara att berätta för barnet att den döde inte är mjuk eller varm och den kan inte känna något eller äta längre. Det är viktigt att vara fullständigt ärlig. (Jarratt, 1996, s. 30). Ett barn behöver konkreta beskrivningar om vad som händer med människor när de dör, så som att deras funktioner försvinner, att döden är permanent. Det är viktigt att berätta för barnet om vanliga känslor hos människor efter att någon har dött. Att exempelvis använda sig av dockor och rollspel hjälper barnet förstå vad som hänt. (Christ, 2000, s. 75).

5.3 Tid och utrymme

Sorg går inte att trösta bort, men det kan kännas mycket lättare om människan får möjlighet att dela den med någon annan. Sorgen och saknaden måste få ta plats, ges utrymme för och ta sin tid, annars finns det risk för att sorgen ger uttryck senare i livet i form av psykiska besvär eller fysisk smärta. (Stigberg, 2013, s. 101-102).

Jonasson skriver i sin artikel att det oftast tar längre tid före barnet börjar sörja, än vad det gör för en vuxen (Jonasson, u.å.). Det är viktigt att komma ihåg att barns känsloreaktioner är annorlunda än vuxnas. Ofta reagerar barn omedelbart och mer spontant via vredesutbrott som sker före sorgen kommer. Ett barn kan ofta reagera spontant med en kommentar om lättnad då någon närstående dör, till exempel kan det tycka det är skönt att lillasyster dött så hon inte kan ta barnets leksaker längre och inte behöver tävla om uppmärksamheten. Denna känsla av lättnad förändras senare till en mer vredesfull känsla och en ilska gentemot lillasyster för att ha dött och lämnat barnet ensamt, sedan kommer sorgen. Eftersom ett vredesutbrott kan kännas skrämmande för den vuxna som talar om för barnet om att någon dött, är det bra att förbereda föräldrarna på detta för att göra det lättare för dem att förstå barnets reaktion. Det här kan vara svårt för föräldrar att förstå eftersom det är så olikt deras eget sätt att hantera döden, men det är viktigt att barn får gå igenom beskedet på sitt sätt och inte bli tillrättavisad. Vid en situation då ett barn betar sig tokigt, genom att till exempel slå en kamrat, är det viktigt att inte enbart tillrättavisa och korrigera barnets beteende utan att även försöka komma på orsaken som ligger bakom ett sådant beteende. (Hillgaard et al., 1998, s. 99-112).

Barn sörjer oftast längre än vad vuxna tror. Känslan av förlust, saknad och sorg kan pågå många månader. Poijula poängterar även att vuxna bör vara medvetna om att sorgereaktionerna kan pågå en längre tid. För vuxna är den tyngsta tiden ungefär tre till nio månader efter dödsfallet och i medeltal tar det tre år före människans normala arbets- och funktionsförmåga är helt återställda. (Poijula, 2007, s. 112).

Det är viktigt att göra barnet medvetet om att sorgen får ta den tid den tar och att barnet inte behöver låtsas som att hen inte tänker på vad som hänt. (Jarratt, 1996, s. 8-10). Då är det viktigt att ge hen möjlighet att framställa det som hänt både skriftligt, muntligt samt till exempel i lek. Oftast är en sådan genomgång lättare att slutföra en kort tid efter händelsen, då allting fortfarande är i färskt minne medan forskning samtidigt påvisat att det inte är bra att föra systematiska samtal kring händelsen riktigt genast, för att undvika minneskonsolidering, det vill säga, göra minnena mer lättillgängliga och beständiga. (Dyregrov, 2010, s. 108-109). Ett litet barn undviker att handskas med sorgeskänslan, vilket utåt kan ses som att barnet inte sörjer. Vuxna kan även uppfatta detta som att det förflutna inte påverkar barnet. Dock förekommer händelser från det förflutna i barnets lek, vilket gör att barnet börjar förstå vad som har hänt. Barnet lär sig genom leken att möta förlusten av en bortgången förälder. (Poijula, 2007, s. 99). Då ett litet barn upplever förlust kan detta anses kännas svårare än när en vuxen förlorar någon. Ett litet barn kanske inte har tillräckligt stort ordförråd eller förståelse för olika begrepp för att ge ord åt sina känslor. Vuxna frågar ofta ett barn i sorg om barnet kan berätta vad hen är ledsen för, och eftersom barnet kanske inte har känt så förut så förblir barnet tyst eftersom hen inte kan besvara frågan. (Bøge & Dige, 2006, s. 22).

Buxbaum och Brant skriver att ett tomrum uppenbarar sig i ett barns värld när en förälder dör och att den förälder som finns kvar inte kan fylla detta tomrum. När en förälder dör i cancer kan barnet bli rädd över att själv dö när hen är sjuk, även om det bara är en mild sjukdom. Ett barns sorgprocess går inte i en rak linje, det vill säga att den inte har ett synligt slut, utan kommer och går med jämna mellanrum under barndomen. Olika orsaker till detta är för det första att barn inte klarar av sorg i mer än korta perioder. För det andra kanske barnet saknar stöd i sorgereaktionen och har kanske inte en stödjande miljö. För det tredje, när barnet utvecklas så kan hen uppleva förlusten igen, till exempel vid mors- eller farsdagar. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 1-2). Även Christ skriver att barns sorg beskrivs som kort och ojämn, men även situationsspecifik och återuppträdande på olika sätt vid varje utvecklingsnivå som barnet mognar (Christ, 2000, s. 73). Ofta händer det sig att barns sorg blir osedd, på grund av att den tar sig uttryck olika än hos vuxna. Att träffa andra barn

i samma situation kan vara till stor hjälp för ett barn i sorg, att få möjlighet att dela erfarenheter med varandra. Barn orkar inte vara ledsna länge, vilket medför att de går in och ur sorgen. För barn upplevs känslor ofta som något krångligt och besvärligt. (Frode & Lundberg, 2009, s. 6-7).

Att ge utrymme för sorgen betyder att de vuxna ska vara lyhörda när barnet vill fråga något. Då barnet ena stunden kan storgråta och följande leka glatt, släpper barnet sorgen och vilar från den för en stund. Det innebär inte att barnet undviker sorgen, utan på detta vis får barnet ny kraft för att senare orka sörja och bearbeta. (Stigberg, 2013, s. 103-104). Den som tröstar ska se den ledsna i ögonen samt visa med sitt kroppsspråk att den finns där för den som är ledsen. Trösten är mer än bara det som sägs, mycket sägs och visas även med kroppsspråket. Att till exempel ge en kram kan betyda mycket mer än många ord. (Arvidsson-Artman, 2002, s. 24). En del sörjande barn kan visa sin förtvivlan och oro, efter en familjemedlems död, och kan även ta emot tröst. Dessa barn har större sannolikhet att få hjälp av andra människor än barn som inte visar sina känslor. Vissa barn kan även visa reaktioner som är helt motsatta än vad som förväntas. De kan till exempel vara extra glada och överduktiga, på detta sätt försöker de förtränga vad som har hänt och försöker även muntra upp de som är nedstämda. Omgivningen har svårt att trösta dessa barn. (Cleve, 2002, s. 204).

Beroende på utvecklingsnivå kan yngre barn inte alltid uttrycka sina känslor verbalt angående en familjemedlems död. Barn som får medkänsla, förståelse och ett tidigt ingripande i sorgen kan helas och växa i och med familjemedlemmens död. Daghem och skola har en betydande roll för att upptäcka barns behov i sörjandet av en familjemedlem. Det är viktigt att barnet får det stöd hen behöver, för att den psykiska och fysiska hälsan och tillväxt ska tryggas. (Auman, 2007, s. 36-37).

Barnets sorgereaktion i åldrarna två och ett halvt till fem år är periodiska medan känslorna av sorg är ihållande. Barn i denna ålder reagerar även med att bli klängiga och beroende samt gång på gång frågar efter den avlidne. En del blir även arga och visar känslor av ilska som går ut över den levande föräldern. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 3).

5.4 Närvarande vuxen

De flesta daghem har en handlingsplan för krissituationer, och då ett barn mister en anhörig borde personalen informeras om detta snarast möjligt. De delar med sig av sin handlingsplan till föräldrarna så de vet att personalen stöder barnet under daghemsvistelsen

(Bøge & Dige, 2006, s. 36). Alla daghem har egna handlingsplaner som de själva utvecklat, och det är viktigt att alla i personalen är insatta i hur de ska gå tillväga om ett barn upplever kris eller sorg (Bøge & Dige, 2006, s. 45).

Barn som sörjer har många behov som måste uppfyllas, och främst är det den överlevande föräldern som ger vad barnet behöver. Det finns även interventioner som är passande för barn i sorgeprocess där bland annat stödgrupper och individuell rådgivning med barn, men det kan även göras olika minneslådor och liknande. För många barn kan lärare vara en betydande vuxen och vårdande i barnets liv och kan tillfälligt fylla den roll som skall ge barnet det emotionella stöd som kanske inte kan ges av barnets anhöriga (Buxbaum & Brant, 2001, s. 3-4). Detta kan antas att även gälla på daghem.

Det viktigaste vid mötet av en människa i sorg är att vara närvarande. Genom att bara vara medmänniska klarar man sig långt, och då handlar det om att våga möta situationen och personen som befinner sig i den. Håll om, håll tyst och håll ut sammanfattar kort den första hjälp som kan ges åt en person i kris och sorg. Håll om, innefattar närheten och kroppskontakten som personen i sorg behöver. Håll tyst, tyder på att det viktigaste är att lyssna medan håll ut, menar att det kan ta en tid att dela sorgen med en annan människa och då poängterar hur viktigt det är att båda parter ska orka. (Wikström, 2004, s. 47-54).

Då ett barn befinner sig i en svår situation är det viktigt att det finns vuxna där som kan ge trygghet åt barnet. Då barnet sörjer kan man som vuxen inte bara säga att barnet kan komma och prata närhelst hen vill. Den vuxna måste själv ta initiativ och prata med barnet, och ofta kan den vuxna fråga flera gånger om barnet vill prata så att hen känner att den vuxna verkligen vill lyssna och dela hens sorg. Att finnas där för barnet i en känslomässig situation är en mycket viktig del av barnets fostran. Det som en vuxen ger åt barnet när hen har det svårt blir som en grund för resten av hens liv. En grund för hur barnet klarar av svåra situationer i framtiden. (Bøge & Dige, 2006, s. 21).

Ett barn kräver speciell omsorg före och efter att en förälder har dött (Buxbaum & Brant, 2001, s. 1). Poijula poängterar att daghemspersonalen behöver få veta om händelsen så snabbt som möjligt för att de ska kunna stöda barnet och så att barnet kan bearbeta det som hänt genom att berätta och leka på daghemmet om vad som hänt. Den vuxna ska trösta barnet samt hjälpa barnet att prata om det sorgliga. Om den vuxna undviker att prata om barnets förlust kan barnets lidande bli större. Barnet behöver fysisk närhet av den vuxna och den vuxna behöver respektera barnets reaktioner. (Poijula, 2007, s. 120-121). Regelbunden kontakt mellan personal på daghem och föräldrar är viktigt för att barnet ska

känna sig tryggt, uppmärksammat och förstådd. Samtidigt är det viktigt att komma ihåg som professionell att man inte tar upp detta med föräldrarna i samband med när de för eller hämtar sitt barn till och från dagis, eftersom det lätt blir så att det pratas över huvudet på barnet. (Bøge & Dige, 2006, s. 37). Inom skolpersonalen ska årsdagar och sorg som kan medkomma under dödsdatumet beaktas (Buxbaum & Brant, 2001, s. 5). Här kan det dras paralleller till daghem.

På daghemmet kunde det under dagen finnas en pratstund för barnet och den vuxna. Pratstunden är endast för barnet och den vuxna och där skulle barnet veta att hen kan prata om vad som helst, även att exempelvis pyssla eller göra något samtidigt kunde öppna mer för diskussion. Det är viktigt att låta barnet få veta att hen kan prata om skrämmande och svåra saker om hen så vill. (Erkkilä et al., 2003, s. 83). Det finns olika sätt, som kan användas, för att hjälpa ett ledset barn att få fram och visa sina känslor. En vuxen kan tillsammans med barnet diskutera kring hur barnet känt sig vid något tillfälle, samt be barnet visa hur hen såg ut just då. När barnet väl lyckats med att visa ett ledset ansikte, vilket kan ta en lång stund, så kan en fortsättning vara att lägga till ljudeffekter. Det i sin tur innebär att barnet ska kunna låta ledset. Ett annat sätt att få barnet att visa sina känslor är att låta hen identifiera sig med någon annan person eller ett djur som varit med om en liknande förlust. När barnet väl klarar av att få fram samt visa sina känslor leder det till bättre förståelse bland människorna omkring, och då är det ofta lättare att ge tröst. (Jarratt, 1996, s. 142-146). Vid samtal med barn är det mycket viktigt att ta kroppsspråket i beaktande, att iaktta hur barnet med sitt kroppsspråk framför sina tankar och känslor. Den vuxna kan sedan spegla kroppssignalerna och ge ord åt det som barnet tycks säga fysiskt, för att få klarhet i vad barnet menar. (Jarratt, 1996, s. 123).

5.5 Vardagliga rutiner

Barn i både skola och daghem upplever att skol- eller daghemspersonalen snabbt glömmer vad som har hänt. Strax efter dödsfallet upplever barnet att hen blir bemött med stor förståelse, men att det ganska snabbt glöms bort och att lärarna kritiserar och kan till och med ge extrauppgifter om eleven får sämre resultat än vanligt. Dyregrov anser att detta beror på att personalen inte har tillräckliga kunskaper om barns reaktioner på sorg, vilket leder till att personalen inte alltid har förståelse för barnet. (Dyregrov, 2007, s. 102). Trots att sorgen ska få ta plats, betonar även Stigberg som många andra också gör, betydelsen av att så snabbt som möjligt återta de vardagliga rutinerna. Rutinerna skapar trygghet samt

hopp om att livet fortsätter trots det jobbiga och sorgliga som har hänt. (Stigberg, 2013 s. 103).

Tidigare ansågs det inte vara bra för ett barn att delta på begravningar. Då lämnades barnet också ensamma med sin sorg och saknad, vilket ledde till att barnet trängde undan de känslor barnet hade eftersom hen tolkade de vuxnas signaler som att barnets sorg inte fick finnas. Nuförtiden anses dock att barnet ska få vara delaktigt så mycket som möjligt. (Stigberg, 2013, s. 103). Det är viktigt att som vuxen inkludera barnet i den så kallade dödsritualen, vilket kan innebära att barnet kan få se den döda, välja gravsten med mera och har möjlighet att få minnas den avlidne. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 4). Även Christ, håller med om att det är bra för barnet att vara med vid de olika dödsrutinerna så som begravning (Christ, 2000, s. 72). Att livet går tillbaka till vardagen med alla rutiner är väsentligt för att barnet ska kunna gå vidare. Däremot skriver Buxbaum och Brant att även om dessa behov uppfylls så skulle sorgegrupper och rådgivning bättre passa barnets behov. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 4). Poijula håller med Buxbaum och Brant gällande vardagsrutinerna och stödet av den vuxna (Poijula, 2007, s. 120).

5.6 Leka

Barn i tre till fem års ålder uttrycker och bearbetar sina känslor och tankar bättre genom lek, fantasier och teckningar än verbalt. (Christ, 2000, s. 75). I leken tar barnet upp händelser som hen själv har varit med om och gör händelserna konkreta i leken. Genom leken reflekterar barnet kring de egna erfarenheterna. Barnet lär sig genom leken. (Öhman, 2011, s. 186). Det finns olika former av lek som barnet tar stöd av då någon familjemedlem har dött, barnet leker ofta egna lekar för sig själv. Även om barnet leker för sig själv kan det vara en trygghet att en vuxen sitter bredvid då barnet leker. Barnet bjuder själv in den vuxna i leken om hen vill, det kan vara genom att visa en leksak eller berätta något. Att leka symboliska lekar tillsammans med ett mindre barn hjälper hen att utveckla förståelsen för vad som har hänt. Det kan vara till exempel att den vuxna leker att en docka gråter och så frågar denne om barnet vet varför dockan är ledsen och gråter och därmed kan det ses om barnet kopplar ihop sin egen sorg med dockan. (Erkkilä et al., 2003, s. 79).

För vissa barn kan en trasa, leksak eller ett mjukisdjur bli ett föremål som följer med överallt och som barnet inte vill släppa taget ifrån. Föremålet ger barnet en bekant trygghet, tryggheten har rubbats på grund av dödsfallet och därför kan barnet söka trygghet från ett bekant föremål. Ett litet kan också, för att bearbeta dödsfallet, skapa en

låtsaskompis. En låtsaskompis kan vara barnets behov just i den svåra situationen. (Erkkilä et al., 2003, s. 80).

På daghem kan den professionella uppmuntra barnet till att måla. Att måla exempelvis med fingerfärg kan ge uttryck för känslor samt bilden som barnet målar kan vara något betydelsefullt. Även att arbeta med olika material som sand, lera, modellera och så vidare ger stimulans samt skapar lugn och en behaglig känsla för barnet. Ibland kan barnet vara i behov av att få hjälp i sin lek, det kan den vuxna göra genom att välja ut leksaker som skulle passa barnet. Som förslag till leksaker kan den vuxna välja dockor som skulle kunna representera en familj, djur av olika slag, en babydocka med tillhörande skötselsaker. Sedan kan den vuxna också välja att ta fram sådana saker som barnet själv kan forma till vad hen vill, olika tyger, klossar, pinnar med mera. Det är givetvis barnet som väljer vad hen vill leka med och det är bra att ha andra saker också så att barnet fritt kan välja. (Erkkilä et al., 2003, s. 81-82).

Arvidsson-Artman menar också att leken är viktig för barnet för att processa händelsen, vilket gör att händelsen inte känns lika hemsk längre. Bearbetningen sker på ett naturligt sätt genom leken. Genom leken bearbetar barnet händelsen i småsteg och behöver inte ta åt sig allt på en gång. I leken kan barnet upprepa situationen och barnet kan själv avgöra när själva dödshändelsen ska ske. (Arvidsson-Artman, 2002, s. 108-109).

Barn kan inte uppfatta allt som händer vid ett dödsfall, de kan inte berätta om sina känslor som de upplever på samma sätt som vuxna (Bergius, Palmqvist, Holm & Öhlén, 2004, s. 41). Eftersom yngre barn inte alltid har den verbala förmågan att förklara saker, är det viktigt att stöda dem till att uttrycka sig på andra sätt (Arvidsson-Artman, 2002, s. 108). På daghem kan det läsas en saga eller bok om döden, som sedan kan inspirera barnet att leka eller prata om sådant som tangerar bokens innehåll (Dyregrov, 2007, s. 119). Sagor kan användas för att få ett barn att diskutera kring sina känslor. Detta kan ske i form av att den vuxna börjar berätta en saga men lämnar det stället tomt, där en känsla uppkommer, och låter barnet välja känslan, till exempel med hjälp av känslkort. För att få reda på hur barnet genom sin fantasi hanterar de känslor som uppkommit genom förlust, kan även sagoberättandet användas i form av ett spel som innebär att handskas med känslor. Vid det skedet då en figur kan ha starka känslor, kan spelet pausas och barnet kan ombes att leta rätt på den känsla som illustreras, bland till exempel känslkort. En annan metod som kan användas för att engagera barn att prata om hens känslor är att den vuxna börjar rita det

som pågår, eller något som påminner om den situationen, medan barnet bara tittar på. (Jarratt, 1996, s. 124-128).

Att använda sig av dockteater kan hjälpa barnet att förstå förlusten bättre. Teatern kan vara gjord med exempelvis djur så att det inte blir för nära inpå och att någon blir trampad på tårna eller får en obekväm känsla. Ibland kan också ett barn ha lättare att tala till en handdocka istället för direkt till den vuxna. Tillsammans med barnet kunde det göras en "sorgebok" där det skulle samlas material angående den som har dött, det kan vara teckningar och berättelser. Några teckningar eller målningar kan vara fria medan andra kan vara uppmanade bilder. Det som är viktigt är att beakta barnets utvecklingsnivå då detta görs. Barnet kan behöva hjälp med skrivandet av berättelser och minnen. (Erkkilä et al., 2003, s. 83-84).

Även att teckna passar bra att göra tillsammans med barnet. Ovan nämnda sätt är praktiska verktyg för att hjälpa barnet att berätta om sina känslor, upplevelser, tankar och reaktioner. (Dyregrov, 2007, s. 119). Bergius et al. håller med Dyregrov, men tillägger även metoder som att tillverka dockor, skriva brev och dikter, spela och diskussioner. Skapande verksamhet uppmuntrar barn till att bearbeta och bättre acceptera det som hänt. Aktiviteterna anpassas enligt barnets ålder och utvecklingsnivå. (Bergius et al., 2004, s. 42). Dessa ovan nämnda verktyg är ämnade för gruppverksamhet, medan produkten som utvecklas i detta examensarbete är tänkt för det enskilda barnet som mist en familjemedlem.

5.7 Musikterapi

I barns sorgprocess kan professionella arbeta med musikterapi som en del av hela processen. Målet med musikterapin för det sörjande barnet är att skapa en pålitlig relation mellan terapeuten och barnet själv, barnet ska kunna uttrycka sina känslor och lära sig att anpassa sig till hur livet kommer att se ut i fortsättningen utan den person som dött. Med musikterapi avses det också att väcka minnen angående den bortgångna familjemedlemmen och därmed även kunna behandla det. Barnets sorgprocess ska framskrida genom musikterapin i rimlig takt, takten beror på barnet och hur tilltalande terapin är för barnet som genomgår detta. Det har visat sig att musikterapi kan försnabba processen men den vuxna ska absolut inte ha bråttom. (Erkkilä et al., 2003, s. 34-35).

I musikterapi är man inte i samma situation som i en vanlig verbal terapisituation men inom musikterapin måste det ändå finnas rum för barnet att prata om sin sorg om hen så

önskar. Stödet i sorgen kan mycket väl vara verbalt medan terapins uttrycks form i sin helhet är musik. Terapeuten ska kunna tolka barnets känslor och se vad som kunde föras fram och hur kunde barnet få uttryck för sina känslor. Musikterapi är avslappnande och lindrar ångest och är inbjudande för att tala om det barnet känner, genom musiken kan den professionella få små barn att berätta om det som tynger dem (Erkkilä et al., 2003, s. 35-38).

5.8 Lekterapi

Litteraturen säger att det är mycket viktigt att ett barn som förlorat en närstående ska ha tillgång till ett ställe där barnet kan känna sig tryggt och där hen kan uttrycka sina känslor om dödsfallet. Barnet ska få prata om händelsen på ett språk som är anpassat till hen med vuxna som stöder barnet. Om barnets föräldrar inte klarar av att prata om dödsfallet med barnet på grund av sin egen sorgeprocess, kan barnet få tillgång till professionella som kan arbeta med barnet genom krisen och sorgen. Lekterapi är en form som används för att barnet ska ha en trygg plats att leva ut sin sorg och då kan lekterapeuten lära sig om barnets behov och förmedla det vidare till resten av familjen. Det är viktigt att barnet och lekterapeuten får en bra relation som baserar sig på trygghet. (Heikes, 1997).

Lekterapeuten hjälper barnet att använda fantasilekar för att utöka känslan av kontroll, vilket minskar barnets känsla av hjälplöshet (Anderson, & Gedo, 2013, s. 253). Då barnet leker får hen en större självkänedom och genom lekterapi med beröring får barnet en insikt i hur det är att ha en relation med en annan person, och det kan sedan leda barnet genom sorgeprocessen. Lekterapi börjar med att barnet och lekterapeuten lär känna varandra genom olika lekar, till exempel sånglekar kan vara ett bra alternativ eftersom de flesta barn tycker om musik. (Heikes, 1997).

Förutsägbarhet och tydliga riktlinjer är viktigt för ett barns känsla av kontroll, så det är viktigt att lekterapeuten har stadiga, trygga reaktioner på barnets lekar och frågor (Anderson & Gedo, 2013, s. 253). När barnet sedan får börja leka mer individuellt iakttar lekterapeuten barnet och kan genom det säga var barnets oro och förvirring ligger. Ett exempel kan vara om ett barns pappa har dött och barnet inte visar så mycket oro över själva dödsfallet utan leker med dockor och leken går ut på att barnet söker sin mamma och sina syskon. Då kan terapeuten utgå från att barnets prioriteringsbehov är att upprätthålla relationen mellan barnet och mamman, så barnet inte behöver vara rädd att mamman också kommer försvinna. Då terapeuten diskuterar lekterapi med de kvarlevande anhöriga till

barnet är det viktigt att terapeuten berättar om hur han/hon besvarar barnets frågor och tankar. Då kan de anhöriga reflektera över hur de själva svarar på barnets frågor och kanske anpassa dem till något bättre om de känt sig osäkra på saken. (Heikes, 1997).

5.9 De fem känslorna

Barn har ofta svårt att prata om hur de känner sig eller hur de tänker och då blir det ofta lättare om det finns visuell rekvisita som hjälpmedel. Ett exempel som används är tekniken med de fem känslorna och tekniken med de fem ansiktena. Då används de fem vanligaste känslorna som vuxna och barn har: ledsen, arg, glad, rädd och ensam. I den första metoden används fingrarna för att göra känslorna mer visuella, där varje finger representerar en känsla. Samtalet framskrider som så att den vuxna ställer frågor som barnet svarar på. Den vuxnas roll är här att få fram barnets känslor utan att lägga orden i munnen på barnet. I den andra metoden används en aktivitet som kombinerar syn, hörsel och handling för att hjälpa barnet att börja prata om känslor. Detta samtal fortskrider under tiden som barnet får en möjlighet att rita sina känslor, i form av till exempel ett glatt ansikte eller ett ledset ansikte. Här diskuteras känslor samtidigt som det funderas över hur ens ansiktsuttryck ser ut vid en viss känsla, och därefter ritas barnet den känslan för att ge en bild av hur hen ser på den känslan. (Jarratt, 1996, s. 118-120).

En användbar teknik som kan användas för att få veta djupet i barnets känslor, är att be barnet visa med sina händer. Då bör den vuxna tydligt berätta vad respektive rörelse betyder så att inga missförstånd uppkommer. Här är det lätt att använda händerna som mått, till exempel att händerna långt ifrån varandra betyder mycket, samt att händerna nära varandra betyder lite. (Jarratt, 1996, s. 124).

5.10 Stödgrupper

Enligt Buxbaum och Brant är sorgegrupper för barn ett passande sätt för barn som sörjer att gå med i. Två författare Mulcahey och Young har utvecklat en stödgrupp för barn som sörjer och delat upp dem i tre grupper; daghemsbarn, skolbarn och ungdomar. Stödgrupperna är till för att dessa barn skall kunna uppnå flera mål:

- I gruppen skall barnen få möjlighet att tillsammans med andra i liknande situationer, dela sina erfarenheter av död
- Minskad isolering

- Ge barnen information och lära dem om sorg
- Men även ge dem möjlighet att få uttrycka sin sorg
- Samt att försöka öka kommunikationen mellan familjemedlemmarna

Stödgruppen genomförs i fem sessioner där det ingår ämnen som att dela sina historier, diskuterar om sorgereaktioner och självkänsla, besöker begravningsbyrån med grupperna, gör minnescollage med barnen samt diskuterar hur sorgen hanteras. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 4).

Med hjälp av minnessaker kan man ta itu med sorgen. Minnessaker kan vara collage, minnesböcker och scrapbooks, även fotografier och berättelser kan ingå som minnessaker. I artikeln framkommer även att 60 procent av barn som på grund av komplicerad sorgebeteende hade risk att behöva sjukhusvård, undvek det på ett framgångsrikt sätt genom användning av minnesböcker. (Buxbaum & Brant, 2001, s. 4).

5.11 Sammanfattning av resultatet

Under vårt arbetes gång har vi uppmärksammat flera olika behov som finns hos barn då en familjemedlem dött, såväl vardagliga som andliga. Den första och den andra frågeställningen är i princip samma, det som skiljer dem åt är att den första frågeställningen är ur barnets perspektiv medan den andra frågeställningen är ur den vuxnas. Vi tar enskilt upp varje frågeställning i en egen figur, där kategorierna från vår innehållsanalys fungerar som svar.



F

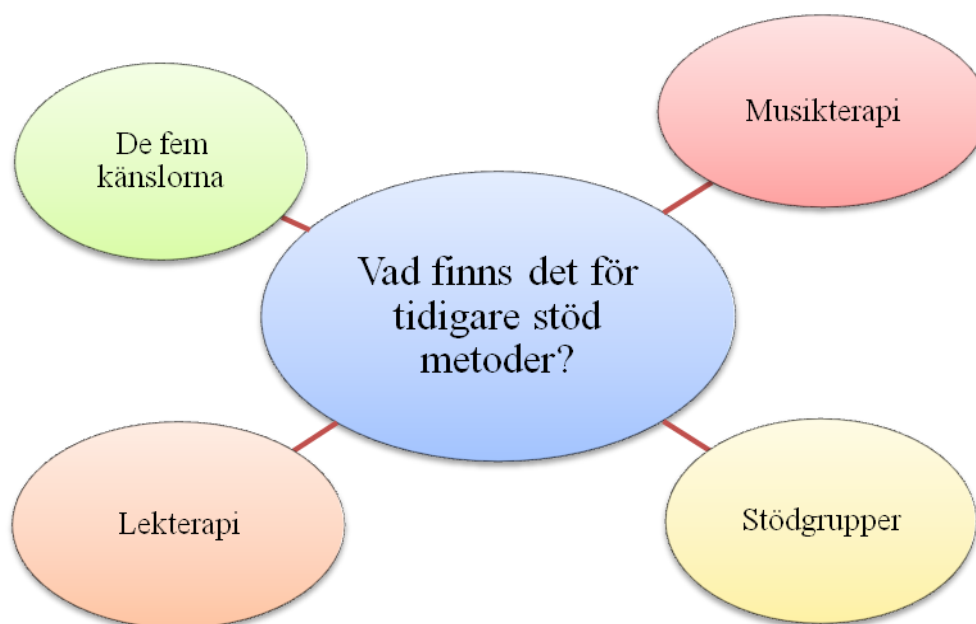
Figur 1 Barnets behov

Den första frågeställningen vad behöver barnet ur ett andligt perspektiv då någon familjemedlem dött presenteras i Figur 1. Dessa behov är: leka, ärligt bemötande och svar på frågor, konkret information om döden, prata om döden, tid och utrymme, närvarande vuxen samt vardagliga rutiner. Med att leka menar vi såväl ledd som fri verksamhet. Om barnet har frågor kring dödsfallet har hen rätt till ärliga svar av den vuxna. För att barnet ska förstå vad döden handlar om bör hen få möjlighet att prata samt få konkret information om döden. Barnet behöver få tid för att bearbeta sin egen sorg, allas sorgeprocess räcker olika länge. Sorgen måste få ta plats, vilket kan uttrycka sig i form av avvikande beteende, exempelvis gråt, rastlöshet och aggressivitet. Barnet måste få känna att hen inte lämnas ensam med sin sorg, utan att det finns någon som stöder. Då allt annat i barnets liv är kaotiskt och det skett stora förändringar, är det en trygghet att daghemmet är en plats där det finns bekanta rutiner som visar att något fortfarande är som förr.



Figur 2 Bemötande och stöd

Den andra frågeställningen hur kan daghemspersonalen bemöta och stöda barnet efter en familjemedlems död presenteras i Figur 2. Daghemspersonalen kan bemöta och stöda barnet genom att ge tid och utrymme, vara ärlig och svara på frågor, prata om döden, ge konkret information, hålla fast vid vardagliga rutiner, vara närvarande samt vara medveten om barns sorgereaktioner. Då vi talar om att bemöta och stöda på barnets villkor menar vi att hjälpen ska ges då barnet självmant begär eller accepterar att ta emot stöd då det erbjuds. Barnet kan inte tvingas till att behandla dödsfallet om hen inte själv vill. Vi tänker att man vid tillämpningen av vår metod ska tänka på att ta tillvara barnets resurser och förmågor. Det är även viktigt att man som vuxen håller fast vid regler och principer medan man fortfarande har barnets situation i åtanke.



Figur 3 Tidigare stödmetoder

Frågeställning tre vad finns det för tidigare stödmetoder presenteras i Figur 3. Vi har kommit fram till att det finns metoder och arbetssätt som man kan arbeta med bland barn som mist en familjemedlem. Musikterapi, lekterapi, de fem känslorna och stödgrupper är menade för barn i sådana situationer. I litteraturen har det framkommit att rollspel, scrapbook, sagor och så vidare kan vara bra, men vi har inte uppfattat det som en specifik metod. Dessa stödmetoder kanske inte kan dras av en professionell på daghem, men vi anser ändå att det var relevant för detta examensarbete att ta upp hurudana stödmetoder som redan existerar.

6 Metod

I detta kapitel presenteras metoden som utvecklats i detta examensarbete samt hur resultatet syns i den. Med i presentationen har vi även tagit upp på vilket sätt metoden är resursförstärkande. Allt material för metoden, förutom handdockan, finns bifogat som bilagor i detta examensarbete.

6.1 Presentation av metoden

Metoden som utvecklats i detta examensarbete innefattar en handdocka, manual till den professionella (se Bilaga 2), presentation av handdockan (se Bilaga 3), en saga (se Bilaga

4) som ska fungera som hjälpmedel för barnet att hantera sin sorg och ett infobrev till barnets vårdnadshavare (se Bilaga 5). Handdockan som vi valt att använda oss av är en köpt uggle som vi gett namnet Skrutte. Sagan berättar om hur Skrutte förlorat sin mamma och den berättas ur Skruttes perspektiv. Sagan tar upp känslor, ritualer och händelser som barnet kan relatera till. Tanken är också att barnet ska få möjlighet att ställa frågor gällande döden och Skrutte försöker ge svar på dem. Skrutte talar också om sina egna styrkor för att hjälpa barnet finna sina egna.

Efter att Skrutte har berättat om sin historia frågar den barnet om de ska leka, rita eller göra något annat. Vad för lek de ska leka får barnet välja. Skrutte styr leken mot en olycka (se exempel Bilaga 2, s. 3) och frågar då barnet vad hen tror att har hänt. Beroende på vad barnet svarar så kan man som professionell fortsätta diskussionen. Det ska finnas en bestämd plats på daghemmet, där Skrutte ska finnas. Då aktiviteten avslutas ska Skrutte berätta för barnet om var Skrutte finns och att barnet alltid kan gå dit då hen känner sig ledsen.

Orsaken till att vi bestämt oss för att använda oss av ett djur, är för att barn har lättare att relatera till djur (Orre, 2013). Vi anser att ugglan är ett bra djur att använda, den har fiender och men också unika styrkor.

Genom användningen av metoden lyfts barnets styrkor fram och hen får möjlighet att själv välja att rita eller leka. Användningen sker på barnets villkor, det vill säga att barnet inte tvingas till att delta om hen inte känner för det. Barnet ges även möjlighet till att uttrycka sina känslor och via detta stärks jaget och självbilden hos barnet. Den vuxna möter, genom metoden, barnet på hans nivå på ett sätt som är naturligt för barnet att lära sig saker. Här tänker vi att det mest naturliga sättet för barnet att uttrycka sina känslor och bearbeta sin sorg är via leken.

6.2 Hur resultatet syns i metoden

Genom att vara medveten om barnets sorgereaktioner kan den vuxna bättre förstå barnets beteende och känslor och då är det lättare att stöda när man vet grunden till beteendet, känslorna. Vanliga sorgereaktioner inkluderas även i sagan genom att Skrutte är ledsen och har svårt att sova om nätterna. Skuld är en vanlig känsla som kan uppkomma i samband med ett dödsfall, därför poängterar pappa uggle i sagan att det inte är barnens fel att mamma uggle dött.

Prata om döden kommer fram i sagan genom att Skrutte berättar om sin mammas dödsfall och om olyckan i leken leder till ett dödsfall så pratas det kring döden. Detta ger barnet en möjlighet att prata kring hens egna upplevelser angående döden. Ärligt bemötande kommer fram i sagan då pappa uggle ärligt berättar för barnen om vad som hänt deras mamma. Svar på frågor syns inte direkt i vår metod, men eftersom användningen av metoden kan framkalla frågor så är det viktigt att komma ihåg att alltid besvara dem ärligt, vilket också är skrivet i manualen. Konkret information om döden kommer fram i sagan genom att pappa uggle förklarar att mamma inte längre kan frysa eller äta, och att hon heller inte kommer tillbaka.

Genom användningen av denna metod så ger den vuxna sin tid och uppmärksamhet åt barnet. Det ges tid och utrymme för barnets känslor samtidigt som allt går på barnets villkor, genom att hen väljer att prata eller inte, vilja leka samt att aktiviteten avslutas när man märker att barnet inte orkar mer.

Närvarande vuxen syns i metoden i och med att den vuxna tar initiativ till att använda metoden och inte enbart säger till barnet att hen får komma och prata när som helst. På detta vis blir tröskeln lägre för barnet att komma till en vuxen. Att kontinuerligt fråga barnet om hen vill prata eller ha egen tid med en vuxen visar att den vuxna är närvarande. Den vuxna ska våga vara där och ta barnets frågor på allvar, det vill säga att inte vara obekväm och försöka slingra sig undan. Ett barn märker om den vuxna inte vill prata och blir då tyst och tar inte upp ämnet mera. För att kunna förstärka sin närvaro ska den vuxna på förhand fundera ut frågor som barnet kan ställa, vilket också står i manualen. Det här bidrar till att den vuxna kan känna sig förberedd och mer trygg i samtalet med barnet under aktiviteten.

Vardagliga rutiner kommer fram i metoden i och med att tidpunkten för aktiviteten alltid är samma tid och även den vuxna är den samma. Detta för att det är viktigt för barnet att veta när aktiviteten sker och med vem. Vardagliga rutinerna kommer även fram i vår metod eftersom den äger rum då de andra barnen också har ledd verksamhet. Mycket av barns sorgeprocess sker via leken och därför är det viktigt att inte ta bort från den fria leken. När ett barn inte alltid har den verbala förmågan att prata om svåra saker är det bra att hen får göra det via lek, därför frågar Skrutte om barnet vill leka.

Musikterapi, lekterapi, de fem känslorna och stödgrupper syns inte i själva metoden men svarar på den sista frågeställningen vad det finns för tidigare stödmeter för ett barn som mist en familjemedlem. För att kunna utveckla en helt ny metod var vi tvungna att ta reda på redan existerande metoder.

7 Diskussion

I detta kapitel kommer vi att gå djupare in på det etiska förhållningssättet, reliabilitet och validitet samt hållbar utveckling i detta arbete. Slutligen kommer även en kritisk granskning av detta examensarbete. Vi har försökt se dessa punkter ur flera olika perspektiv för att få en heltäckande bild av examensarbetets användning.

7.1 Etik

Vi har tidigare tagit upp hur forskning påvisat att det inte är rekommenderat att man genast efter ett dödsfall ska föra samtal med barnet kring händelsen, för att undvika att barnet får mardrömmar och dåliga minnesbilder (se s. 23). Enligt forskningsetiska aspekter får personer som deltar i undersökningen inte utsättas för förödmjukelse, kränkning, psykisk eller fysisk skada (Patel & Davidsson, 2011, s. 62). Med tanke på denna etiska aspekt kan vi anta att den ligger som grund för att det inte finns så mycket forskning kring hur barnet upplever ett dödsfall.

Gren menar att respekt för människors autonomi och integritet ingår i det etiska förhållningssättet inom socialt arbete (Gren, 1996, s. 38). I vårt examensarbete anser vi att barnet inte ska tvingas till att prata om det specifika dödsfallet utan genom sagan ges barnet möjlighet att på eget initiativ ta upp vad hen vill och på detta vis respekteras barnets integritet. Vi anser att vi har använt oss av ett etiskt perspektiv då vi utvecklat vår metod, eftersom den tillämpas genom lek och på barnets villkor.

Ärlighet och barnets behov ska komma i första hand är exempel på etiska normer man bör ta i beaktande som professionell då man för samtal med barn (Gren, 1996, s. 39). I detta examensarbete betonas vikten av att som professionell vara ärlig med barnet då hen har frågor då någon har avlidit. Barnet har ett behov av att få stöd i sin sorgeprocess och genom metoden som utvecklats i detta examensarbete kan den professionella hjälpa barnet i sorgen och förlusten.

I den kritiska granskningen tar vi upp vad professionella inom social- och hälsovården anser om vår metod och dess användbarhet. Holme och Solvang menar att respondenterna inte ska kunna identifieras och därför bör svaren skrivas etiskt korrekt. Vi har följt de etiska principerna gällande forskningsetiken, genom att vi inte har nämnt arbetsplatsens namn eller respondenternas fullständiga namn. Vidare säger Holme och Solvang att man måste informera om användningen av respondenternas uttalande och deltagandet är frivilligt. Respondenterna har varit medvetna om examensarbetets syfte och hur deras deltagande kommer att användas i arbetet. (Holme & Solvang, 1997, s. 132, 335).

Litteraturen man använt sig av ska hänvisas till och källan ska uppkomma i källförteckningen så att läsaren kan gå tillbaka till grundkällan. Källförteckningen ska stämma överens med vilka källor som använts i arbetet och blivit hänvisade till. Alla källor som använts i arbetet bör finnas med i såväl källhänvisningen som källförteckningen. (Holme & Solvang, 1997, s. 345-346). Vi har alltid hänvisat till källan vi använt oss av samt nämnt den i källförteckningen. Att plagiera är att kopiera rakt av någon annans text, vilket är förbjudet (Bell, 2011, s. 68). I detta examensarbete har vi alltid omskrivit den information vi tagit ur källan.

7.2 Tillförlitlighet

Med reliabilitet avses hur tillförlitlig forskningen är. För att uppnå hög reliabilitet måste man ha gjort mätningar på olika sätt men uppnått samma eller liknande resultat. (Holme & Solvang, 2008, s. 163). Validitet betyder att man mäter det som man faktiskt är avsett att mäta, och att det som man mäter är relevant i sammanhanget (Olsson & Sörensen, 2004, s. 73).

Enligt forskningsetiska delegationen ska forskningsarbetet följa olika vetenskapliga regler så som att det inte får finnas påhitt eller förfalskningar. Dessutom ska all den litteratur och de undersökningar som används vara vetenskapligt utförda samt att de ska finnas hänvisningar i texten till vem och vilka som utfört dessa. (Forskningsetiska delegationen 2012, s. 20-21). Eftersom vi har hållit oss till dessa regler bidrar det till att arbetet och metoden är tillförlitliga. För att både arbetet och metoden ska få ytterligare ökad tillförlitlighet har vi använt oss av källor som stöder varandra. Även om vår metod inte har prövats har vi haft personer från fältet som gett sina åsikter om metoden vilket har stämt överens med våra resultat, detta ger vår metod ännu mer tillförlitlighet.

Genom att vi har gjort en innehållsanalys som är välplanerad och med tydliga avgränsningar så stärks validiteten i arbetets innehåll. (Patel & Davidson 2011, s. 102-103). Även den kritiska granskningen av både litteraturen och forskningsmaterialet som vi använt oss av har stärkt tillförlitligheten i vår metod.

Våra litteratursökningar har gjorts metodisk och artikelsökningarna har dokumenterats noggrant. Det här har gjort så att vi fått en bra helhetsbild av forskningsområdet, trots vår specifika litteratursökning som haft utgångspunkt i våra avgränsningar. Vi har inte endast använt oss av litteratur som rör andlighet i socialt arbete, utan även allmänt om kris och sorg som barn upplever. För att öka tillförlitligheten på vårt examensarbete har vi strävat efter att använda oss av så nya källor som möjligt.

7.3 Hållbar utveckling

Hållbar utveckling kan ses från många olika aspekter. Ekologisk hållbarhet, social hållbarhet och ekonomisk hållbarhet är några av dem. (Gulliksson & Holmgren, 2011, s. 13). Ekologisk hållbarhet innebär bland annat att den biologiska mångfalden ska bevaras, att vattnens, jordens och ekosystemens förmåga till produktion upprätthålls och att människans påverkan på naturen begränsas till vad ekosystemen klarar av att återhämta sig från. (Gulliksson & Holmgren, 2011, s. 127). Social hållbarhet innebär att människor via till exempel institutioner, arbetsformer och organisationer ska upprätthålla en god livskvalitet för dagens och framtidens medmänniskor. (Gulliksson & Holmgren, 2011, s. 64). Ekonomisk hållbarhet kan innebära att styra balansen mellan utbud och efterfrågan samt god, hållbar hushållning av kapital. (Gulliksson & Holmgren, 2011, s. 139).

Ur en ekologisk synvinkel är vår metod hållbar genom att handdockan köps en gång och behöver inte förnyas ofta. Vår metod är socialt och ekonomiskt hållbar genom att vi med hjälp av den kan förebygga att barnet i framtiden till exempel får psykiska problem på grund av en obearbetad förlust (se s. 5). Genom vår metod bibehålls barnets livskvalitet. Vi kan genom användning av vår metod främja att barnet inte ska bli en ekonomisk belastning för samhället, till exempel att hen i framtiden behöver vård eller inte är arbetsförmögen.

8 Kritisk granskning

Syftet med detta examensarbete var att utveckla en metod som kan användas av daghemspersonal för att stöda barn vars familjemedlem dött. Vi har uppnått syftet och utvecklat en metod som vi anser att professionella kan ha nytta av. Vi hade tre frågeställningar (se kap 1.2) som utgångspunkt i vårt examensarbete, vilka vi genom vårt resultat har fått svar på.

Vi har lärt oss mer om hur barn sörjer och vikten av att de ska få sörja på sitt eget sätt. Vi har fått klarhet i de olika behoven som barnet har under sin sorgeprocess. Det som var nytt för oss var hur stor betydelse leken har för ett barn som sörjer samt hur ärliga svar, kring döden, ett barn är i behov av. Även om svaren kan verka hemska är de viktiga för barnet för att hen ska kunna bearbeta sin sorg.

Vi anser att vår litteratursökning är tillräckligt omfattande. Skulle vi ha haft tillgång till alla de böcker och artiklar som hittats skulle säkert vårt arbete fått mer innehåll och resultatet kunde ha blivit ett annat. Vi kunde ha utökat våra sökord till sjukhus, barnhem, församling och andra arbetsplatser inom social- och hälsovården för att få mera teori och en mer mångprofessionell synvinkel. Utöver detta tycker vi att våra sökord har varit heltäckande gällande vårt examensarbete.

Ugglan som används i metoden kan vara vilken uggle som helst, köpt eller handgjord. Det kan också vara ett vanligt kramdjur, men det är lättare för den vuxna att använda sig av en handdocka, då ugglan till exempel ska rita eller dylikt. Det kan också vara en idé att tillsammans med barnet tillverka ugglan om det intresserar hen.

Vår metods manual är skriven specifikt för daghem, i fall manualen skulle vara skriven mer allmänt för att passa fler arbetsplatser inom social- och hälsovården samt församlingen, skulle väsentliga element för daghemmet falla bort. Till exempel vardagliga rutiner och fri lek ingår nödvändigtvis inte på så många andra ställen än på daghemmet. Vi tänker ändå att metoden kan anpassas inom barnskyddet av till exempel familjearbetare, på sjukhus, rådgivningen och av förskolans skolkurator.

Vi har uppnått våra gemensamma målsättningar i och med att vi nu har fördjupat våra kunskaper i ämnet samt lärt oss mer om barns uppfattningar kring döden vilket bidragit till att vi blivit mer självsäkra i vår yrkesroll. Om vi nu i arbetslivet skulle stöta på ett barn

som förlorat en familjemedlem, skulle vi känna oss trygga vid bemötandet av barnet och veta hur vi ska gå tillväga. Vi anser också att vi har uppnått kompetenserna som vi genom detta examensarbete önskade att uppnå. I och med att vi nu vet hur vi ska fungera och professionellt bemöta ett barn som förlorat en familjemedlem, har vi utvecklats professionellt. Metoden som utarbetats är resursförstärkande och kan användas med barn. Använder man metoden arbetar man samtidigt barn- och familjecentrerat, eftersom barnet möts på sin egen nivå och metoden främjar barnets sorgeprocess.

Vi använde oss av en litteraturöversikt men utöver den skulle vi även ha kunnat ta kontakt med olika arbetsplatser för att fråga om hur de går tillväga i situationer när ett barn mist en familjemedlem. Då skulle vi ha kunnat dra paralleller och kunnat jämföra vad teorin säger och hur det i praktiken görs. Samtidigt kunde också ett intresse för användningen av vår metod ha väckts ute i arbetslivet.

Vi tänker att det kanske skulle ha varit mer effektivt om vi valt att dela upp arbetet mera mellan varandra. Nu har vi skrivit stora delar av arbetet tillsammans, och då suttit alla vid en dator, vilket inte varit så tidseffektivt. För oss har det dock känts bra att vi skrivit mycket tillsammans för då har vi bättre koll på helheten i arbetet.

Eftersom vi inte har haft möjlighet att testa vår metod ute på fältet har vi varit i kontakt med en barnträdgårdslärare, specialbarnträdgårdslärare och en sjukskötare för att få deras åsikter och utvecklingsförslag.

Barnträdgårdsläraren var mycket imponerad av vår metod och tyckte den var genomtänkt, enkel och konkret beskriven. Hon håller med oss om att det är bra att låta barnet ta in allt det nya några dagar före Skrutte-metoden tas i bruk. Det som är det fina med vår metod, enligt henne, är att det långt är barnet som styr hur hen vill prata och leka kring det som hänt i hens familj. Hon tycker dessutom om att vi använder oss av ett kramdjur som barnet får relatera till och att metoden upprepas så det får gro hos barnet och inte blir påskyndat.

Specialbarnträdgårdsläraren tycker också att det är bra att metoden upprepas flera gånger och att det i metoden används en handdocka, vilket får barnet att leva sig in i en annan värld. Hon tycker även om slutet av sagan där fågelbarnen berättade om de minnen de har av sin mamma eftersom minnen är viktiga. Metoden tillåter barnet att uttrycka sina känslor vilket hon ansåg vara jättebra.

Sjukskötaren tycker att metoden är mycket bra och passande på ett daghem eftersom man där behöver metoder för att stöda ett barn vars familjemedlem dött. Dock har hon svårt att

se hur metoden skulle kunna tillämpas på sin arbetsplats. Sjukskötaren håller med specialbarträdgårdsläraren om att sagan är bra, och poängterar även vikten av att barnet inser att hen inte är ensam om förlusten och att hemskheter kan hända vem som helst. Barträdgårdsläraren hade inga negativa kommentarer att komma med gällande metoden. Hon tycker den är mycket bra och något som hon gärna vill se på flera daghem.

Specialbarträdgårdsläraren var däremot tveksam till infobrevet som ges till vårdnadshavaren, hon skulle hellre informera muntligt och endast om vad som behandlas och görs med barnet. Hon menar att vårdnadshavaren är i ett sådant skede där det kan vara svårt att ta beslut om saker och skriva under. Hon poängterade även att vårdnadshavaren meddelar om dödsfallet inte ska tas upp på daghemmet. Hon tycker det skulle vara bra att använda bilder som stöd till sagan, vilket vi också hade i tankarna men tiden räckte inte till för att slutföra den idén. Hon tyckte också att den vuxna skulle låta barnet berätta om sina minnen av personen hen mist. Att rita dessa minnen och spara dem i en liten bok eller rama in den var ett av hennes utvecklingsförslag. Hon funderade även kring om det skulle vara en idé att barnet skulle få ta hem Skrutte som tröst. Ett annat utvecklingsförslag som hon hade var att man även kanske kunde anpassa metoden för gruppverksamhet. Hon påpekar då att barnens föräldrar ska informeras om vad som diskuterats kring döden på daghemmet, så att de vet hemma ifall reaktioner uppkommer. Om metoden skulle tillämpas i grupp lyfter hon fram vikten av att vara två vuxna. Oberoende om metoden används i grupp eller med det enskilda barnet poängterar hon att det är viktigt att övrig personal informeras om vad som kommer att tas upp under aktiviteten.

På arbetsplatsen där sjukskötaren vi varit i kontakt med jobbar, möter hon inte barn som skulle vara i behov av den här metoden. Sjukskötaren menar även att de barn hon är i kontakt med endast vårdas tre till fyra dagar vilket är allt för kort tid för att ens kunna skapa en tillit till varandra. På avdelningen fokuseras det på den fysiska tillfriskningen vilket gör att det inte är möjligt att använda sig av metoden där.

Då ett barns familjemedlem dött säger sjukskötaren att det är barnpsykologens eller – psykiaterns ansvar att se till barnets psykiska behov. Om en sjukskötare skulle använda vår metod så skulle det ändå vara barnpsykologen eller - psykiatern som skulle ge riktlinjerna för vad som ska göras med barnet. Vi tänker oss att sjukskötare kan tillämpa vår metod på sjukhusavdelningar om barnpsykolog eller – psykiater inte finns tillgängliga. Sjukskötarna kan även använda metoden tills barnet får träffa barnpsykologen eller – psykiatern.

Manualen är skriven så att den ska passa på daghem, ett utvecklingsförslag är att den kunde skrivas så att den skulle passa på flera arbetsplatser inom social- och hälsovården samt församlingen. Vi valde att skriva den endast för professionella på daghem eftersom vi anser att mycket av det vi kommit fram till i resultatet skulle ha uteblivit om vi skrivit manualen på en mer mångprofessionell nivå.

Specialbarntädgårdsläraren som vi kontaktade angående vår metod, tyckte att metoden även kunde passa för en hel barngrupp. Detta anser vi vara ett bra utvecklingsförslag, men i sådana fall borde manualen skrivas om och infobrevet kanske inte är så relevant, eftersom det inte är nödvändigt att få ett skriftligt godkännande av alla barns vårdnadshavare. Vi tänker att det borde ges information kring vad som kommer att diskuteras utan att kräva särskild tillåtelse, eftersom användningen av metoden i en hel barngrupp blir mer på en allmän nivå.

Som utvecklingsförslag till vår metod tänker vi att man kunde tillämpa delar av materialet, till exempel sagan, då man allmänt ska diskutera kring döden med barn. Detta skulle kunna göras antingen i grupp eller med ett enskilt barn, oavsett om ett dödsfall inträffat eller inte. Då anser vi att det även för vårdnadshavare skulle kunna vara möjligt att använda delar av metoden med sina egna barn.

Källförteckning

Anderson, S. M. & Gedo, P. M. 2013 Relational trauma: Using play therapy to treat a disrupted attachment. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 77 (3), 250–268.

Arvidsson-Artman, L. 2002. *Tröst-i praktiken*. Varberg: Argument Förlag.

Auman, M. 2007. Bereavement Support for Children. *Journal of School Nursing*, 23 (1), 34-39.

Bell, J. 2011. *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur AB.

Bergius, A. Palmqvist, G, Holm, A-K, & Öhlen, J. 2004. Stödverksamhet för barn som förlorat en förälder: En litteraturstudie. *Vård i Norden*, 74 (4), 41-44.

Bonoti, F., Leonardi, A. & Mastora, A. 2013. Exploring Children's Understanding of Death: Through Drawings and the Death Concept Questionnaire. *Death Studies*, 37 (1), 47-60.

Buxbaum, L. & Brant, J-M. 2001. When a parent dies from cancer. *Clinical Journal of Oncology Nursing*, 4 (5), 1-6.

Bøge, P. & Dige, J. 2006. *Möta barn i sorg: handlingsplan för skola och förskola*. Stockholm: Sveriges utbildningsradio.

Christ, G. 2000. Impact of development on children's mourning. *Cancer Practice*, 8 (2), 72-79.

Cleve, E. 2002. *En stor och en liten är borta*. Smedjebacken: ScandBook AB.

Cook, K. 2014. Editorial The family: What is it, how do we study it and why? *Journal of Family Studies*, 20 (1), 2-4.

Coughlan, M., Cronin, P. & Ryan, F. 2013. *Doing a literature review in Nursing, Health and Social Care*. Los Angeles: SAGE.

Denscombe, M. 2000. *Forskningshandboken – för småskaliga projekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur.

Dyregrov, A. 2010. *Barn och trauma: en handbok för föräldrar och professionella vuxna*. Lund: Studentlitteratur.

- Dyregrov, A. 2007. *Sorg hos barn: en handledning för vuxna*. Lund: Studentlitteratur.
- Dyregrov, A. 2002. *Katastrofpsykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Erkkilä, J., Holmberg, T., Niemilä, S. & Ylönen, H. 2003. *Surevan lapsen kanssa*. Jyväskylä: Gummerus.
- Fahrman, M., 2009. *Barn i kris*. Lund: Studentlitteratur.
- Fearnley, R. 2010. Death of a parent and the children's experience: Don't ignore the elephant in the room. *Journal of Interprofessional Care*, 24 (4), 450-459.
- Forskningsetiska delegationen. 2012. *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland*. Helsingfors. 20-21.
- Foster, S. 1990. *Barn, död och sorg: om barn i sörjande familjer*. Stockholm: Norstedt.
- Foster, T., Gilmer, M., Davies, B., Dietrich, M., Barrera, M., Fairclough, D., Vannatta, K. & Gerhardt, C. 2011. Comparison of continuing bonds reported by parents and siblings after a child's death from cancer. *Death Studies*, 35, 420-440.
- Frode, O. & Lundberg, E. 2009. Grupper för barn och ungdomar som mist en nära anhörig. *Barnbladet*, 34 (4), 6-7.
- Gren, J. 1996. *Etik i socialt arbete*. Stockholm: Liber utbildning.
- Gulliksson, H. & Holmgren, U. 2011. *Hållbar utveckling: livskvalitet, beteende och teknik*. Lund: Studentlitteratur.
- Hammarlund, C-O. 2012. *Bearbetande samtal*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Hedrenius, S. & Johansson, S. 2013. *Krisstöd vid olyckor, katastrofer och svåra händelser: att stärka människors motståndskraft*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Heikes, K. 1997. Parental suicide: A systems perspective. *Bulletin of the the Menninger Clinic*, 3 (61).
- Helleday, A. & Berg Vikander, B. 2007. *Fyra psykologiska perspektiv – i socialt arbete och omsorg*. Lund: Studentlitteratur.
- Hillgaard, L., Keiser, L. & Ravn, L. 1998. *Sorg och kris*. Stockholm: Liber.

Holme, I M. & Solvang, B K. 1997. *Forskningsmetodik. Om kvantitativa och kvalitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur.

Holme, I M. & Solvang, B K. 2008. *Forskningsmetodik – om kvalitativa och kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur.

Jallinoja, R. 1990. *Introduktion till familjesociologi*. Helsingfors: Statens tryckercentral.

Jarratt, C. 1996. *Barn som sörjer: att hjälpa barn att klara av separationer och förluster*. Göteborg: Slussen.

Jonasson, A. u.å. *Att förlora en förälder*. [Online] <http://www.svenskakyrkan.se/default.aspx?id=741451> [hämtat: 11.03.2015].

Lindholm, H. 2014. *Avdelningen för vård och det sociala området, Projektbeskrivning för examensarbeten*. Yrkeshögskolan Novia. [Online] <https://intra.novia.fi/campus/abo/utbildningsprogram/utbildningsprogrammet-for-det-sociala-området/ny-sida-3/> [hämtat: 23.4.2015]

Lundman, B. & Hällgren Graneheim, U. 2008. Kvalitativ innehålls analys. i: M. Granskär & B. Höglund-Nielssen red. *Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård*. Lund: Studentlitteratur.

McSherry, W. & Smith, J. 2007. How do children express their spiritual needs?. *Paediatric Nursing*, 19 (3), 17-20.

Norris-Shortle, C., Young, P.A. & Williams, M. 1993. Understanding Death and Grief for Children Three and Younger. *Social Work*, 6 (38), 736-742.

Nyström, M., Fagéus, L. & Gälldin Åberg, B. Barn utan stöd då förälder avlider. *SvD Opinion*, 16.09.2012.

Olsson, H. & Sörensen, S. 2004. *Forskningsprocessen kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Falköping: Elanders Gummerssons.

Orre, J. 2013. *Djur får oss att må bra*. [Online] <http://www.lararnasnyheter.se/forskolan/2013/03/16/djur-far-oss-ma-bra> [hämtat: 21.4.2015].

- Patel, R. & Davidsson, B. 2011. *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Poiijula, S. 2007. *Lapsi ja kriisi selviytymisen tukeminen*. Jyväskylä:Gummerus kirjapaino Oy.
- Poiijula, S. 2005. *Surutyö*. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.
- Runesson, S. 2013. Sorgen får finnas men så även lek och glädje. *Barnbladet*, 1 (25), 14-16.
- Schlehofer, M., Omoto, A. & Adelman, J. 2013. How Do "Religion" and "Spirituality" Differ? Lay Definitions Among Older Adults. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 47 (3), 411-425.
- Senreich, E. 2013. An Inclusive Definition of Spirituality for Social Work Education and Practice. *Journal of Social Work Education*, 49, 548-563.
- Stakes. 2005. *Grunderna för planen för småbarnsfostran*. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Stigberg, U. 2013. *Om barn och livets frågor*. Stockholm: Verdum Förlag AB.
- Turner, J., Clavarino, A., Yates, P., Hargraves, M., Connors, V. & Hausman, S. 2007. Development of a resource for parents with advanced cancer: What do parents want?. *Palliative and Supportive Care*, 5, 135-145.
- Walters, D. 2008. Grief and loss: towards an existential phenomenology of child spirituality. *International Journal of Children's Spirituality*, 3 (13), 277-286.
- Wikström, C. 2004. *När livet går sönder: en bok om kriser och hur vi möter dem*. Uppsala: Uppsala Publishing House.
- Youngblut J. & Brooten, D. 2013. Parents' Report of Child's Response to Sibling's Death in a Neonatal or Pediatric Intensive Care Unit. *American Journal of Critical Care*, 22 (6), 474-480.
- Öhman, M. 2011. *Det viktigaste är att få leka*. Stockholm: Liber AB.

Artikelsökning

Databas	Sökord	Avgränsningar	Datum	Träffar	Använda
Ebsco (alla databaser)	Barn AND sorg	Full text, peer reviewed, 2005 →, ålder 2-5år	8.1 2015	0	0
	Barn AND kris		8.1 2015	0	0
	Child AND crisis AND process		8.1 2015	4	0
	Child AND grief		9.1.2015	39	0
	Child AND crisis AND process		9.1 2015	4	0
	Definition family	Full text, peer reviewed, 2008 →	16.1 2015	51	1
	Crisis definition	Full text, peer reviewed, 2005 →	16.1 2015	8	0
	Spirituality definition		16.1 2015	25	2
	Children AND understanding AND children		16.1 2015	24	0
	Traumatic AND crisis	Full text, peer reviewed, abstract	16.1.2015	106	0

	available, från år 2005 → och framåt, ålder 2-5år			
Trauma AND grief AND child		2.3.2015	47	0
death AND grief AND parent		2.3.2015	149	1
Death AND parent AND child's grief		2.3.2015	26	0
Children AND parent died	Full text, peer reviewed, från år 2010 → och framåt	8.1.2015	17	0
Spiritual AND crisis AND child	Full text, peer reviewed, 2000 →	2.3 2015	23	1
Siblings AND death AND child	Full text, peer reviewed, 2000 →, all child	2.3 2015	29	3
Child AND thoughts of AND death	Full text, peer reviewed, all child	9.3 2015	6	0
Religion AND child AND death		10.3 2015	14	0
Kindergarten AND grief	Full text, peer reviewed	6.3.2015	2	0

	Barn AND livsfrågor		9.3 2015	0	0
	Child AND life issues AND death		9.3 2015	19	1
	Grief AND treatment AND children		9.3.2015	87	0
Ebsco (Cinahl full text)	Grief AND counseling	Full text, abstract available, peer reviewed, research article, PDF-Full text, 2000 →	2.3.2015	14	0
	Grief AND All child		2.3.2015	3	0
	Child development AND grief and loss		2.3.2015	1	0
	Child development AND grief and children		2.3.2015	5	0
	Child development AND grief and children	Full text, abstract available, peer reviewed, PDF-Full text, 2000→, 2-5 år	2.3.2015	1	1

Child development AND death		2.3.2015	13	2
Child development AND Spirituality		2.3.2015	2	0
Grief AND bereavement		2.3.2015	2	0
Grieving children AND Spirituality		2.3.2015	0	0
Grieving children		2.3.2015	1	1
Spiritual care AND death		2.3.2015	2	0
Crisis education AND children		2.3.2015	8	0
Child care AND children AND death		2.3.2015	11	0
Child care AND spirituality AND death		2.3.2015	1	0
Spiritual care		2.3.2015	6	0
Child AND grief	Full text, peer reviewed, 2-5 åringar	2.3.2015	906	2

	Child AND loss of parent AND grief		2.3.2015	46	1
	Child AND sorrow	Full text, peer reviewed, 2005 →, all child	16.1.2015	7	0
Arto	Barn AND kris	Bara elektroniskt material	8.1 2015	0	0
	Barn AND sorg		8.1 2015	0	0
	Child AND crisis		8.1 2015	0	0
	Lapsi AND kriisi		8.1 2015	0	0
	Lapsi AND suru		8.1 2015	0	0
Svemed+	Barn AND kris	Peer reviewed, online	3.3.2015	0	0
	Barn AND sorg		3.3.2015	13	0
	Barn AND trauma		3.3.2015	315	0
	Barn AND sorg AND trauma		3.3.2015	1	0
	Daghem		3.3.2015	47	0
	Kids AND trauma		5.3.2015	0	0
	Kids		5.3.2015	2	0

Barn AND andlighet	9.3 2015	0	0
Död AND andlighet	9.3 2015	1	0
Andlighet	16.1 2015	28	0
Barn AND döden	16.1 2015	15	0
Child AND trauma	3.3.2015	317	0
Sorg	5.3.2015	5	0
Barn AND sorg	5.3.2015	23	2

Manual

Denna manual grundar sig på examensarbetet "Sörjandet kan ta ett tag, men leka – det behöver jag!" skrivet av Malin Alexandersson, Mari Asplund, Elinor Kallström, Irina Kjellberg och Sophia Lindström. För att få den teoretiska förankringen till metoden, läs arbetet som finns på länken <https://www.theseus.fi/handle/10024/2188>

Manualen är till för de professionella på daghem. Metoden tillämpas av daghemspersonal och är menad för barn i åldern tre till sex som mist en familjemedlem. Ett infobrev ges åt barnets vårdnadshavare, där en beskrivning av metoden ingår. Vårdnadshavaren ska i lugn och ro få bekanta sig med metoden och därefter ge sitt godkännande för att du ska få använda metoden. Efter att barnet har varit en vecka på daghemmet kan du inleda användningen av metoden. Om barnet ofta söker uppmärksamhet kan metoden användas tidigare. Syftet med denna metod är att barnet ska få möjlighet att bearbeta sin sorg genom handledd verksamhet.

Upprepa metoden åtminstone två gånger så barnet ges möjlighet till bearbetning igen om det inte första gången lyckades. Personalen i barngruppen kommer överens om vem som ska tillämpa aktiviteten, beroende på vem barnet anförtror sig åt. Det ska vara samma person som drar aktiviteten med barnet alla gånger. Dessutom ska aktiviteten alltid ske samma tid för att barnet skall få de rutiner som hen behöver.

Metoden går ut på att du är ugglan Skrutte (handdockan) vars mamma har dött och berättar om händelsen (sagan) åt barnet. Efter sagan frågar Skrutte om barnet vill leka, rita eller dylikt. Väljer barnet att leka kan Skrutte leda leken mot en olycka. Om barnet vill rita kan Skrutte rita något som Skruttes mamma tyckte om.

Har barnet frågor under aktiviteten ska du alltid svara så ärligt som möjligt, vet du inte svaret kan du säga att du ska försöka ta reda på eller svara vad du själv tror. Gäller frågorna sagan får du improvisera, men se till att svaret alltid blir det samma oavsett med vilket barn du håller aktiviteten. Till exempel om barnet undrar vad ugglans syskon heter, vilket sorts träd de bor i eller något liknande.

Förberedelser

- Kontakta vårdnadshavare via infobrevet
- Reservera ett avskilt rum

- Reservera tillräckligt med tid (cirka 45 minuter) för verksamheten så att du inte behöver avbryta aktiviteten på grund av att tiden tar slut
- Läs in dig på sagan så du kan leva dig in i berättelsen och inte måste sitta med ögonen i pappret hela tiden
- Plocka fram handdockan
- Fundera på frågor som barnet eventuellt kan ställa under och efter aktiviteten för att lättare kunna svara på frågorna och känna dig trygg i situationen
- Tänk ut en lek på förhand ifall barnet inte själv kommer på någon. Fundera kring vad barnet tycker om
- Fundera ut vilka barnets styrkor är som du kan lyfta fram i samband med ugglans styrkor. Det kan exempelvis vara att barnet är bra på att cykla, klippa, hjälpa andra eller att barnet har bra tålamod
- Var beredd på att barnet kan visa många olika känslor så som ilska, sorg och glädje, men kan även verka oberört

Utförande

- Välj en tidpunkt då resten av barngruppen har ledd verksamhet så inte den fria leken blir lidande
- Uppmuntra barnet till att delta i aktiviteten
 - Väck barnets intresse
- Lapp på dörren för att förhindra att verksamheten avbryts
- Ge din fulla uppmärksamhet åt barnet
- Lämna telefonen och andra störande moment borta
- Presentera ugglan, Skrutte
- Berätta sagan i jag-form (som Skrutte)
- Skrutte frågar om barnet vill leka

- Styr leken mot en olycka och ge barnet möjlighet att fortsätta. Exempel: Om ni leker med bilar så kan du hitta ett djur vid väggkanten, fråga barnet vad hen tror att har hänt, är djuret levande eller dött. Om barnet säger att djuret är dött kan du fråga vad som ska göras, eventuellt begravning, gravsten och så vidare. Om barnet däremot säger att djuret lever så lämnar du ämnet och hittar inte på en ny olycka.

Avslutning

- Avrunda efter cirka 45 minuter eller då du märker att barnet tappat koncentration, intresse och motivation
- Skrutte (du) berättar var den finns/bor och att barnet om det känns som så får gå till den. Skrutte ska finnas tillgänglig för barnet om hen känner sig ledsen. Förklara för barnet att Skrutte inte är en vanlig leksak, utan endast till för tröst.

Följande träffar

Förberedelserna är de samma som inför första träffen, men du behöver inte kontakta vårdnadshavarna för godkännande igen.

Skrutte inleder aktiviteten genom att ställa följande frågor:

- Kommer du ihåg vad jag berättade för dig förra gången vi träffades?
- Vill du höra min berättelse en gång till?
- Finns det något du vill fråga?
- Ska vi leka eller hitta på något annat tillsammans? (behöver inte vara samma som träffen innan)
 - Om barnet första träffen valde att inte leka eller om barnet då lekte men sa att till exempel djuret vid väggkanten var levande, kan du här styra leken mot en olycka för att fråga barnet om hen fortfarande är av samma åsikt.
 - Om barnet första träffen sa att till exempel djuret vid väggkanten var dött, kan leken nu vara fri.

Viktigt att tänka på

- Tvinga inte barnet, om barnet inte vill
- Allt ska gå på barnets villkor, som exempel vid val av lek, längd på aktiviteten
- Använd barnets resurser och lyft fram styrkor
- Tillåt barnet att uttrycka sina känslor

Presentation av Skrutte

Hej!

Jag heter Skrutte, vad heter du? Jag är en uggla som är fyra år gammal. Hur gammal är du?

Jag bor i ett högt träd med min pappa och mina tre syskon, men då jag är på daghemmet bor jag här (visa var han bor på ert daghem). Jag trivs bra och tycker det är mycket mysigt. Jag är bra på att se i mörker och så kan jag flyga, dessutom kan jag snurra på mitt huvud ett helt varv runt. Kan du säga något som du är bra på? *Du kan som Skrutte säga: Jag har hört att du är bra på (barnets styrkor), om barnet själv inte kommer på något.*

Nu ska jag berätta om vad som hände sommaren då min mamma dog, (berätta nu sagan, bilaga 4)



Saga

Det var en fin morgon och mamma hade bestämt att det var dags att lära mig och mina tre syskon att flyga medan pappa var i boet och städade. Vi bodde i ett högt träd i en stor skog utanför staden. Denna morgon var det många andra fågelungar som skulle lära sig att flyga. Där fanns hackspettar, talgoxar, kråkor och många, många fler.

Vi började med att värma upp. Först skakade vi den ena vingen, sen den andra vingen och så flög vi lite upp och landa på grenen (gör detta med handdockan) och det upprepade vi några gånger. Då vi var varma i kroppen flög vi från gren till gren. Mamma flög först för att visa hur det går till. Hon visade tekniken om hur vi skulle sväva och inte enbart flaxa med vingarna. Jag tyckte det kändes svårt men min syster fattade tekniken direkt.

Efter att vi övat flyga från gren till gren ville mamma göra det lite svårare för oss genom att flyga från träd till träd. Hon visade först en gång hur vi skulle göra och andra gången sa hon att vi skulle följa efter. Vi var alla lite nervösa, förutom min syster som skröt över sina färdigheter. Vi gjorde oss redo för start och hoppade i luften tillsammans och började flaxa och sväva med vingarna. Sträckan kändes som att den tog en evighet och just innan vi skulle landa i nästa träd tittade mamma bakåt, för att försäkra sig om att vi alla var med, och då hände det. Mamma krockade med trädet och föll till marken. Jag och mina syskon lyckades alla landa på en gren. Vi försökte titta ner för att hitta mamma, men såg bara en massa trädgrenar och buskar. Vi blev rädda och ropade på pappa.

Pappa kom snabbt med oron i halsen och frågade vad som hade hänt och var mamma var. Vi berättade vad som hade hänt och att vi inte nu kunde se mamma längre. Pappa förde oss till boet, och bad vår granne, Herr Hackspett att komma och titta efter oss under tiden som han skulle leta efter mamma.

Pappa flög ner till marken och spanade efter mamma. Han letade överallt men såg inget spår av henne. Plötsligt kröp Fru Igelkott upp ur sitt bo, och berättade vad hon sett. Hon förklarade för pappa att hon hört en duns och sett hur mamman landat på marken just när räven var på jakt efter frukost. Räven hade snabbt fångat henne och tagit henne med sig.

När pappa kom tillbaka till boet såg han annorlunda ut. Det föll tårar nerför hans kinder och mungiporna pekade neråt. Han var ledsen. När han berättade att räven hade tagit mamma kände jag hur det knep till i magen och snart rann det tårar nerför mina kinder också. Jag var riktigt ledsen och det kändes som om jag aldrig skulle kunna vara glad igen.

Pappa förklarade att mamma nu var borta och att hon inte kommer tillbaka. Pappa kramade hårt om oss alla och sa att det var okej att vara ledsen. Pappa berättade att det inte var vårt fel och att vi inte kunde ha gjort något för att förhindra händelsen. Vi ska akta oss för räven.

På kvällen samlades vi och alla våra vänner vid trädet som mamma hade krockat med. Jag hade velat ta med mig en filt och lite mat att sätta vid trädet åt mamma, men pappa berättade att då man dör så är det endast kroppen som finns kvar och den kan varken känna kyla eller hunger. Alla grät och jag såg att alla var mycket ledsna. Vi la våra finaste kvistar och blommor vid trädet och tänkte fina tankar om mamma. Några delade även med sig av fina minnen de kom ihåg om vår mamma. Jag tänkte på den gången då jag och mamma var ute på natten och sökte efter möss. Jag fick åka på hennes rygg då hon flög. Det var en jätterolig natt och jag kände mig speciell. Detta minne gav mig en känsla av lugn och glädje.

En tid efteråt kändes det jobbigt och jag grät lite nu som då. Pappa tröstade och Herr Hackspett var mycket hemma hos oss och hjälpte till med hemmasysslor. Jag hade svårt att sova på nätterna. Det blev bättre med tiden och jag började känna mer och mer glädje.

Idag då jag är ute och flyger börjar jag tänka på mamma, men jag tänker på de goda stunderna jag hade med henne.

Infobrev

Kära vårdnadshavare,

Vi beklagar sorgen. Vi har på detta daghem ett material för att stöda barn som mist en familjemedlem. Materialet innefattar en saga om ugglan Skrutte som mist sin mamma, och med hjälp av denna saga ska barnet kunna relatera till sin egen erfarenhet och känslor. Det går ut på att vi leker eller ritar med barnet beroende på barnets villkor, mycket av barnets sorgebearbetning sker genom att leka och rita. Dessutom får barnet tillgång till extra uppmärksamhet och får vara med en vuxen i lugn och ro. Användningen av detta material sker under ledd verksamhet och tar därför inte bort den fria leken. Vill Ni ha mer information, så kan Ni kontakta personalen och få tillgång till det konkreta materialet. Vi vill gärna ha Ert skriftliga godkännande för användningen av materialet tillsammans med barnet.

Med vänliga hälsningar,

✂ -----

Denna del returneras till daghemmet.

Jag tillåter att _____ får ta del av användningen av Skrutte-metoden.

Datum

Vårdnadshavarens underskrift
